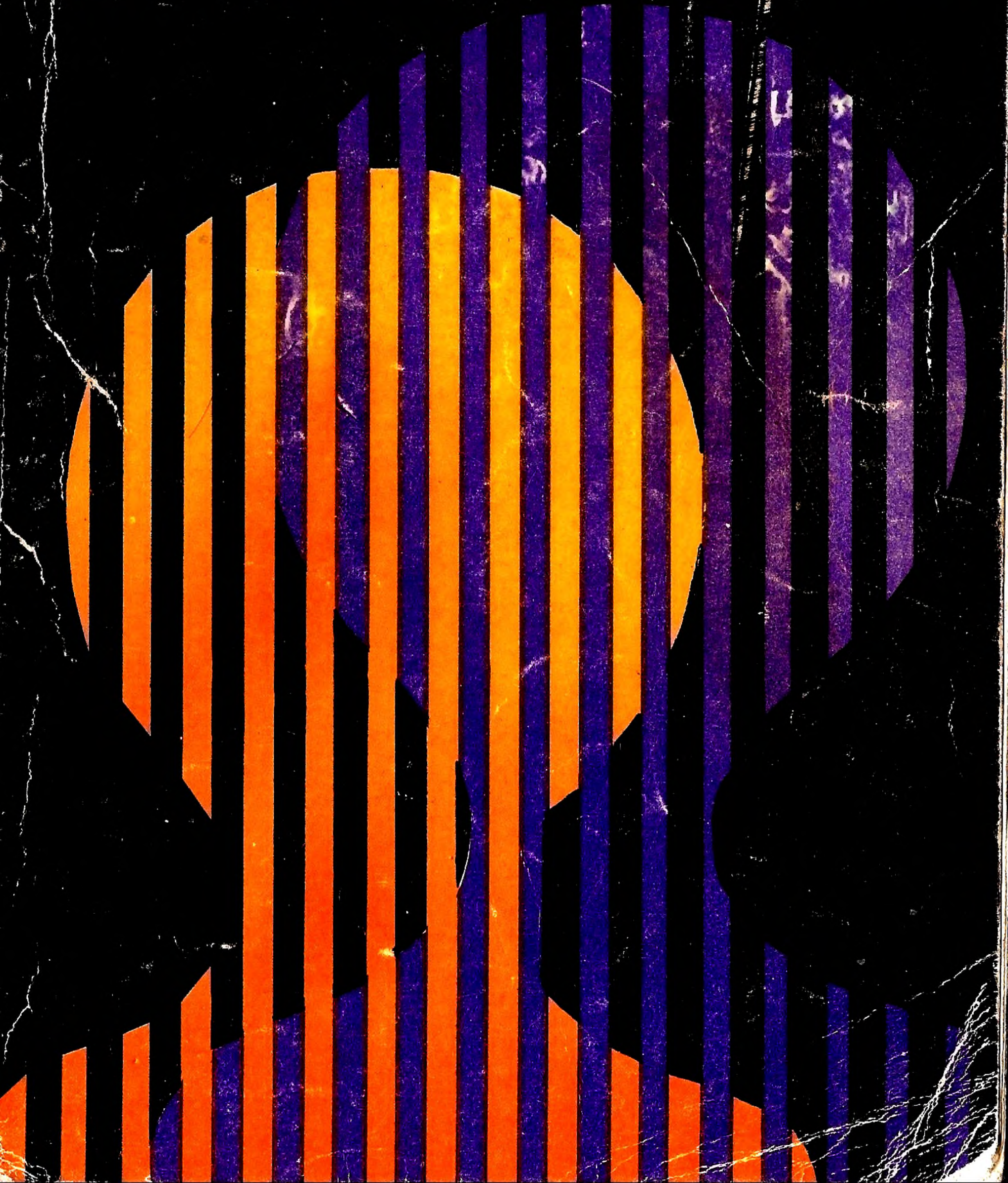
PSICOLOGIA DE LA CONDUCTA

para padres y maestros



PSICOLOGÍA DE LA CONDUCTA

Muchas veces se ha señalado que, mientras en el campo de los negocios y la tecnología, el progreso de la humanidad es deslumbrante, en lo que se refiere a las disciplinas humanísticas y en el ámbito de las relaciones interpersonales, sobre todo en la vida privada y en el seno de la familia, nuestro progreso ha sido nulo.

Todavía no hemos resuelto satisfactoriamente los problemas sentimentales básicos que ya el hombre primitivo afrontaba... Y no obstante la historia ha demostrado que, cuando se aplica a la tarea de resolver un problema, la humanidad es prácticamente invencible.

Por eso ahora el hombre se ha propuesto, por fin, desarrollarse metódicamente como entidad familiar y aceptar el reto de su propia realización como individuo. Tiene a su servicio ese instrumento formidable que es el método científico. Sabe que la estrategia con sus hijos consiste en cultivar actitudes nobles y modificar el comportamiento indeseable, para que todo niño llegue a ser el hombre que el mundo necesita. Sabe que ésta será una labor de amor y, por tanto, de comprensión y respeto hacia el individuo.

El presente libro es piedra angular en este esfuerzo: se refiere a la formación del niño como miembro de su sociedad y como ente individual e irrepetible. Es una toma de conciencia del efecto de nuestros actos sobre el comportamiento de los hijos. Señala con objetividad la conveniencia de analizar nuestros errores para estar más conscientes de las propias actitudes y tener la posibilidad de modificarlas para que produzcan los resultados apetecidos. El planeamiento de la obra es tan vasto que no sólo aporta valioso material para una mejor educación de los hijos, sino también indica cómo pueden los padres planear sus actitudes para fortalecer la mutua sinceridad y asumir plenamente las responsabilidades que su unión implica.

Ahora usted también ha aceptado el reto: educar hijos felices. Juntos lograremos desarrollar al ser humano maduro, emocionalmente civilizado. Entonces, también en la esfera de nuestra vida privada se palpará el progreso deslumbrante de la época que nos tocó vivir.

ÁNGEL CARLOS GONZÁLEZ RUIZ

EDITORIAL PAX-MEXICO
LIBRERIA CARLOS CESARMAN, S.A.

PSICOLOGÍA DE LA CONDUCTA

Para padres y maestros

ROGER McINTIRE, Universidad de Maryland

Ilustrado por GERRIE BLAKE

Título de la obra en inglés: FOR LOVE OF CHILDREN Behavioral Psychology for Parents
Publicado por CRM Books, Del Mar, California
Copyright © 1970. Communications/Research/Machines, Inc.
Primera edición en español: Octubre de 1975
Traducido por Orlando Espinosa de los Monteros
Tiraje de esta edición: 3,000 ejemplares
Reservados todos los derechos para la edición en español:
Copyright © Editorial Pax-México, Librería Carlos Césarman, S. A.

Primera reimpresión: Octubre 1980
3 000 ejemplares

ISBN 968-6055-94-0

EDITORIAL PAX-MÉXICO,
LIBRERÍA CARLOS CÉSARMAN, S. A.
Av. Cuauhtémoc 1434 México 13 D.F.

Impresora Galve, S. A. Callejón de San Antonio Abad 39. México 8, D. F.

A mi esposa Carol, quien no sólo contribuyó ampliamente en este libro, sino asimismo sus tres primeros temas.

Contenido

Prólogo 13

Prefacio 15

PRIMERA PARTE

El plan de los padres

1. *Estrategias de acción* 19
   ¿Qué sucede? 21
   La práctica nos hace casi perfectos 23
   Pequeños pasos y grandes recompensas 26

2. *Planeamiento* 31
   Reglas dentro de la razón 32
   Cuando los padres se comportan como niños 35
   Haz como yo . . . 38
   La lógica de las consecuencias 44
   Los pecados de la omisión 47
   En busca de la "perfección" 50

3. *Para comprender la conducta* 53
   En busca de significado 53
   Definiciones para la acción 56
   Actos de equilibrio 59

4. *Enfrentamiento de las consecuencias* 69
   Algo sacado de la nada 70

Incentivos sociales 72
Etiqueta de precio de la conducta 73
Costo de la inconveniencia 75
Consulta de la lista en busca de consecuencias 77

5. *Hay que evitar el castigo* 87
Los crímenes del castigo 88
Código penal de los padres 94
Eliminación de las consecuencias 99
El castigo como recompensa 102

6. *Los medios y los fines* 105
Un poco de prevención 105
Estrategias para el éxito 107
Hay que ser más optimistas 109
Sistemas de recompensas 111
Formando el ideal 113
Consulta de la lista en busca de acción 117

SEGUNDA PARTE

Proyectos para el cambio

7. *Los primeros problemas sociales* 123
Sociabilidad 124
Papel que desempeña el afecto 128
Prueba de las reglas 129

8. *Conducta para atraer la atención* 139
El niño malcriado 139
Llanto 140
Tirar y lanzar 141
Conducta durante la enfermedad 141
El síndrome de "Linus" 142
Berrinches 144
Temores 146
Compulsiones 147
Tartamudez 148

Hábitos rítmicos 149
Retiramiento 150
Entrenamiento sanitario 150
Cama mojada 153

9. *Expansión de las responsabilidades* 157
Limpieza de la habitación 157
Vestido 159
Sueño 160
Alimentos 162
Dinero 164
Demora 165
Conducta en público 166
Educación sexual 167

10. *Los adolescentes y la independencia* 171
Disminución de la influencia paterna 172
Las acciones son más elocuentes 175
Las intenciones a manera de acciones 176
El padre que no se avergüenza 177
Recompensas para el adolescente 177
El automóvil de la familia 181
Trabajo 184
Hábitos alimenticios y de vestido 187
Rebelión 188
Citas 190
El brusco despertar 190

11. *La familia con éxito* 193
Economía simbólica 193
Para hacer que la cooperación fructifique 204
Individualidad 205
Colectividad 205

Sugerencias de lecturas complementarias 208

Índice 210

Prólogo

Muchas veces se ha señalado que, mientras en el campo de los negocios y la tecnología, el progreso de la humanidad es deslumbrante, en lo que se refiere a las disciplinas humanísticas y en el ámbito de las relaciones interpersonales, sobre todo en la vida privada y en el seno de la familia, nuestro progreso ha sido nulo.

Todavía no hemos resuelto satisfactoriamente los problemas sentimentales básicos que ya el hombre primitivo afrontaba.

Las reacciones frente a esta realidad se han polarizado entre un fatalismo que conduce a la desesperación o a la indiferencia, y un afán impositivo que pretende remodelar al ser humano, por decreto, modificando las estructuras sociales.

La historia ha demostrado que, cuando se aplica a la tarea de resolver un problema, la humanidad es prácticamente invencible.

Por eso tenemos motivos para avizorar el futuro con optimismo. Ahora el hombre se ha propuesto, por fin, desarrollarse metódicamente como entidad familiar y aceptar el reto de su propia realización como individuo. Tiene a su servicio ese instrumento formidable que es el método científico. Sabe que la estrategia con sus hijos consiste en cultivar actitudes nobles y modificar el comportamiento indeseable, para que todo niño llegue a ser el hombre que el mundo necesita. Sabe que ésta será una labor de amor y, por tanto, de comprensión y respeto hacia el individuo.

El presente libro es piedra angular en este esfuerzo: se refiere a la formación del niño como miembro de su sociedad y como ente individual e irrepetible. Es una toma de conciencia del efecto de nuestros actos sobre el comportamiento de los hijos. Se ubica al niño dentro de su contexto real; no se le aísla como espécimen de laboratorio ni se le encadena a esquemas estadísticos impersonales.

El autor señala con objetividad la conveniencia de analizar nuestros errores para estar más conscientes de las propias actitudes y tener la posibilidad de modificarlas para que produzcan los resultados apetecidos. El planteamiento de la obra es tan vasto que no sólo aporta valioso material para una mejor educación de los hijos, sino también indica cómo pueden los padres planear sus actitudes para fortalecer la mutua sinceridad y asumir plenamente las responsabilidades que su unión implica.

Con este volumen, la Editorial Pax-México pone en las manos de usted los formidables recursos de la ciencia del comportamiento para que planifique en forma óptima la estrategia que habrá de permitirle asumir plenamente la responsabilidad más delicada e importante de su vida: la educación de sus hijos.

Ahora usted también ha aceptado el reto: educar hijos felices. Juntos lograremos desarrollar al ser humano maduro, emocionalmente civilizado. Entonces, también en la esfera de nuestra vida privada se palpará el progreso deslumbrante de la época que nos tocó vivir.

Ángel Carlos González Ruiz

México, D. F., a 23 de mayo de 1974

Prefacio

Durante muchos años los psicólogos han buscado soluciones al problema de la paternidad. Sus búsquedas se han centrado usualmente en las razones que pueden tener los niños para hacer lo que hacen. Si se pudieran descubrir esas razones, probablemente se podrían utilizar para efectuar cambios. No obstante, ha sido difícil encontrar esas soluciones porque parece ser que están enterradas bajo una montaña de complicadas respuestas a la pregunta: "¿Por qué hacen los niños lo que hacen?"

Los niños hacen las cosas por varias razones: aprendizaje, herencia, tratamiento y experiencias traumáticas. Todos estos factores son reales y tienen efectos, pero el conocerlos todos no necesariamente ayuda a los padres en su búsqueda de una solución práctica a un problema específico. Las explicaciones que se relacionan con sucesos pasados pueden ayudar a evitar problemas *futuros*, pero los problemas que existen *ahora* y *aquí* solamente se pueden manejar por medio del control de estas circunstancias.

Una explicación muy sencilla del porqué los niños hacen lo que hacen, es que de esta manera obtienen lo que desean. Se trata de una respuesta bien simple cuando se hace de este tenor, pero cuando se aplica para imaginar lo que desea un niño en una situación en particular, se vuelve complicada.

Este libro tiene la intención de ayudar a los padres de familia a descubrir lo que desean sus hijos para que puedan satisfacer dichos deseos por medio de estrategias que proporcionan incentivos o recompensas a una buena conducta. Cuando los padres controlan dichas recompensas, no tienen necesidad de sentir que están usando una fuerza nueva y potencialmente cruel. La satisfacción de las necesidades y deseos del niño siempre ha sido cometido de los padres, y el papel del niño siempre ha sido el de ajustar su conducta para obtener esas satisfacciones de sus padres. Generalmente hace esto complaciéndolos, pero bien puede suceder que los disguste o avergüence, o simplemente, los canse, antes de que se den por vencidos y le den lo que desea.

Así pues, la cuestión crucial a la que se enfrentan los padres no es si se deban o no usar recompensas, castigos, persuasiones y disuasiones, para influir en la conducta del niño. En la vida actual, este tipo de influencia es inevitable. El asunto estriba en que si los padres del niño tendrán tiempo y cariño suficientes para planear esas consecuencias que le ayudarán a aprender a crecer bien.

En esta obra, he dado por sentado que la infancia y la adolescencia deben ser experiencias realistas, y asimismo he supuesto que tales experiancias proceden de las consecuencias de la conducta del niño. Las consecuencias son las determinantes más importantes de los hábitos del niño. La forma en que actúa en una situación depende de los resultados que consiguió la última vez en que se encontró en una situación similar. Al experimentar consecuencias iguales una y otra vez, ajusta su conducta y reacciona de una manera más consistente.

En este libro he dado por asentado que todos queremos que nuestros hijos crezcan y se enfrenten a las consecuencias del mundo de los adultos —no mañana, ni a expensas de una falta de infancia, sino como resultado de la experiencia inherente.

R. W. M.

Primera parte

EL PLAN DE LOS PADRES

1

Estrategias de acción

Nuestras reacciones influyen continuamente en la conducta y en las costumbres de nuestros hijos. Si un niño nos llora al oído cuando vamos conduciendo un automóvil, nuestro regaño tiene un efecto. El niño se puede sentir ignorado por el momento, e insiste en que le hagamos caso, aunque sea con un regaño. Si lo que desea es que su hermanita se calle, el regaño puede obrar este efecto, aunque no haya sido dirigido a la pequeña. O bien, el regaño recibido hace que sea él el centro de nuestra atención, y no su hermana. Esto le puede gustar. En cualesquiera de estos casos, la reacción que desea es la causa de su llanto.

Algunas de nuestras reacciones son insignificantes porque tienen que ver con las acciones relativamente fútiles de nuestros hijos. Sin embargo, algunas de dichas reacciones son lo bastante importantes como para requerir planeamiento, ya que influyen en costumbres cruciales. Es probable que ya hayamos intentado llevar a cabo este planeamiento en otra ocasión, habiendo descubierto que las teorías y explicaciones de la psicología infantil son demasiado vagas para proporcionar soluciones prácticas a los problemas. Tales teorías dan frecuentemente descripciones minuciosas de ciertas conductas, pero pocos consejos prácticos acerca de la manera de enfrentarse a los específicos. Por ejemplo, cuando se nos dice que nuestra hija es "introvertida" o que nuestro hijo está "atrasado para su edad", ¿qué podemos hacer? Algunas respuestas podrían ser: "No se puede hacer nada porque el niño nació 'tímido' o 'lento', o 'se hizo así desde que era muy pequeño'." Decir que nació tímido o lento o que fue "condicionado" a muy temprana edad, es decir que no se puede hacer nada. El afirmar esto es poco realista, porque *algo* se hará. El padre reaccionará de alguna forma la próxima vez que su hija actúe con timidez o que su hijo fracase en sus tareas escolares. Incluso ignorar el problema es una reacción.

A pesar de la forma en que nacieron o se condicionaron, los niños hacen continuos ajustes a las reacciones de los padres. Una madre, por ejemplo, que se encontraba conversando en el patio trasero con una vecina, escuchó de repente los gritos de su hijo: ¡Mamá! ¡Mamá! ¡Mamá!, a lo que la aludida respondió gritando también: ¿Qué pasa? ¿Qué quieres? El niño, por toda respuesta, dijo: ¡Hola! y corrió. La señora recompensó la tontería de su hijo con una atención que no merecía, dándole ella misma un ejemplo de gritar. Con todo, cuando volvió a la conversación con su vecina, dijo: "¡Los muchachos siempre serán muchachos!" Lo que seguramente quiso decir es que su hijo gritaba porque había nacido muchacho. En parte, puede tener razón, pero no la tiene en utilizar esa explicación como una excusa de la conducta de su hijo o de su incapacidad de hacer algo para cambiar dicha conducta.

Por lo tanto, las explicaciones y teorías pueden describir vívidamente lo que es un niño o cómo nació o se condicionó, pero el propósito de esta obra es el de ayudar a los padres a encontrar soluciones que resulten prácticas para los problemas individuales.

En los últimos veinte años, la psicología se ha concentrado en los cambios en la conducta individual. Un grupo de psicólogos, conocidos como "behavioristas", creen que desde el momento en que no se pueden ver los "sucesos interiores" tales como los procesos mentales y las emociones, es difícil llegar a un acuerdo acerca de cuáles de estos sucesos se verifican y cuándo. Consecuentemente, los behavioristas intentan explicar las actividades del niño enfrentándose a los sucesos exteriores —o sea, lo que el niño hace y lo que el mundo hace a éste.

Cuando las conductas son malas, no se examinan como síntomas de problemas más profundos sino como resultado de otros sucesos exteriores: las experiencias del niño.

¿Qué sucede?

Si intentamos llegar a los problemas reales sin concentrarnos en la conducta y experiencias del niño, incurrimos en un error común, ya que en la mera especulación acerca del niño no existe ningún plan de acción. Podríamos describir a un adolescente como voluble, irrespetuoso, rebelde o cínico. Asimismo podríamos especular acerca de que estos rasgos son propios de la edad, y decir: "Así son los muchachos actualmente". Pero la verdad es que el adolescente puede actuar irrespetuosamente porque en sus pasadas experiencias, la única vez en que lo tomaron en serio fue cuando actuó de esa manera. Cuando se muestra feliz y alegre, los adultos le dan una palmadita en la cabeza y le dicen que es un "buen muchacho", pero en otras circunstancias lo ignoran. El volverse cínico acerca de los "muchachos de hoy en día", es no advertir el hecho de que tanto los directores de instituciones educativas, como los padres, prestan más atención a los estudiantes revoltosos que a los tranquilos.

La elaboración de mejores reacciones a los ocasionales momentos de felicidad del adolescente, puede ser retardada por sus "sentimientos de rebeldía". Esta descripción solamente nos desvía de hacer algo para cambiar esa conducta. Para cambiar la volubilidad del adolescente, primeramente debemos descubrir qué eventos la ocasionaron. ¿Cuáles son las reacciones que obtiene por su irrespetuosidad? ¿Qué se podría cambiar para acabar con esto? ¿O reemplazar? Estas preguntas llevan hacia algunos planes prácticos para producir un cambio.

El concentrarse en las conductas, nos permite descubrir cómo usar *nuestras* reacciones para cambiarlas. Mientras más reconocible sea la actividad, más consistentes pueden ser las reacciones hacia ella y, por lo tanto, más consistentes serán la experiencia y aprendizaje del niño. Por ejemplo, todos los padres pueden convenir en que saben cuando sus hijos empiezan a querer caminar y, por lo tanto, cuándo deben ayudarles a hacerlo. Una descripción *behaviorística* al respecto, es fácil: (Cuando se incorpora y mueve los pies hacia todos lados), y por lo general están de acuerdo sobre la forma en que deben animarlo y la ocasión de hacerlo.

Sin embargo, a menudo disienten en lo que respecta al niño que está molesto, ya sea porque quiere atención o porque está cansado. Con frecuencia, ni siquiera pueden decidirse a reaccionar de determinada manera, pues ¿cómo pueden saber la reacción que tendrán ante un niño "enojado", si no están seguros de lo que significa esta conducta? Si el padre quiere que termine su deber escolar, puede decidir que el niño sólo está tratando de llamar la atención. Si la madre quiere acostarlo para poder descansar ella misma, puede asimismo decidir que el niño está cansado y no sólo tratando de llamar la atención. Como los padres no se pueden poner de acuerdo en lo que significa "actuar enojado", ven lo que quieren ver y llegan a este desacuerdo. Así pues, se produce confusión incluso en torno a características tan simples como la fatiga y la ira. Por esta razón, los behavioristas creen que términos tan abstractos como "tímido", "malo", "cariñoso" e "impaciente" deben definirse antes de que los padres puedan ponerse de acuerdo respecto a lo que está haciendo su hijo. Entonces, con definiciones concretas, pueden decidir qué hacer en relación al problema.

Es importante hacer hincapié en la *descripción* de la conducta exterior, ya que tiende a hacer que los padres piensen de una manera útil y concreta. Les permite estar de acuerdo acerca de lo que hace su hijo. Por ejemplo, el considerar cómo animar a un niño "tímido" es un problema complejo. Esta descripción popular o abstracta de una persona, no explica los pequeños eventos que integran una jornada común.

Es demasiado amplia y abarca muchas actividades y costumbres. Los padres deben saber qué conductas buscar para que puedan identificar lo que les preocupa. Si vuelven a plantearse el problema de la timidez, como el de "no habla mucho", o "se esconde cuando llegan visitas", las probabilidades de saber

cuándo es la ocasión propicia de aplicar con consistencia algún tipo de aliento, son más numerosas.

Otra ventaja de describir las conductas es que con ello se revela qué es lo que hay que practicar para que las cosas se mejoren. La conducta de cualquier persona va de acuerdo con sus experiencias, fracasos y éxitos del pasado. Aprendemos con la práctica, con el hecho de haber probado cosas en el pasado y de haber recibido beneficio de ellas. Así pues, una descripción de conductas no solamente es una forma de ponerse de acuerdo acerca del niño; también es una ley fundamental para aprender: *Uno aprende lo que uno hace.*

Las cosas que practicamos son las que aprendemos mejor. Cualquiera que haya tratado alguna vez de aprender a jugar fútbol o dominó, o a criar hijos, sabe que el sólo hablar de cómo hacerlo, no basta. Se deben examinar las reglas antes de triunfar, pero el triunfo mismo —el resultado— debe proceder de la experiencia y de la praxis. Es lo mismo con los niños. Ayudar a uno de ellos a que escuche y preste atención, no es suficiente. Tiene que seguir las instrucciones, ensayar las reglas, y entonces, *si las consecuencias son tan consistentes como decimos que serán, cambiará.*

La práctica nos hace casi perfectos

El aprendizaje tiene mucho que ver con la práctica. Es resultado de la experiencia. Es un cambio en la conducta debido a aquélla. Por ejemplo, cuando se hace antes de las pruebas, como, por ejemplo, leer en voz alta, hablar con los demás acerca del trabajo o volver a escribir notas sobre una conferencia o texto, etc., es la mejor manera de que los estudiantes puedan aprender y prepararse para los exámenes. Los que se manifiestan escépticos en relación con esta estrategia, deberían tratar de hacer el siguiente experimento: elegir una revista popular que nos guste y en la que haya cuando menos dos historias o artículos que todavía no hayamos leído. Leamos la primera de las historias, de la manera acostumbrada. Busquemos una persona que en el momento no tenga nada que hacer, y contémosela con todo detalle, personajes, lo que hacían, sus nombres, etc. En seguida cojamos de nuevo la revista y leamos la segunda historia, pero esta vez pongámonos de pie, mantengamos la revista frente a nosotros y leamos *en voz alta* aunque nadie nos acompañe. Acto seguido, busquemos a alguien y repitamos la historia exponiendo todos los hechos acerca de los caracteres, actividades y lugares. Por lo general, al finalizar esta segunda prueba, la gente se da cuenta de lo mucho más que puede recordar de esta segunda historia al momento de contarla. Un estudiante manifestó: "Bueno, por supuesto que la recuerdo. Me acuerdo de haberla *recitado*." Para el propósito de aprender o de cambiar costumbres, no existe ningún substituto para practicar conductas de una manera activa. Parece ser que todos entendemos la necesidad de practicar cuando enseñamos algo a un niño muy pequeño o cuando se enseña a una persona a tocar un instrumento musical. Sin embargo, cuando no enseñamos cosas como atar las cintas de los zapatos, tocar el piano o patear la pelota en el fútbol, a menudo olvidamos que la práctica es el ingrediente esencial del cambio. Este principio se aplica en igual forma en lo que respecta a hacer la cama, lavar los platos, conversar, buenas maneras y otras habilidades sociales. Si somos nosotros quienes hacemos estas cosas, entonces el niño no aprende. Se puede sobreproteger a un niño si se le presta demasiada ayuda (yo te corto la carne, te sirvo la leche; te leo, tú escucha. Yo llamo por teléfono para ver si tu amiguito puede venir, espera). Esta sobreprotección impide que la criatura se involucre realmente y haga las cosas por sí misma. Si permitimos que sea él quien las haga, veremos que puede obtener mucho conocimiento todos los días.

Una parte de dicho conocimiento ocurre por accidente; otra, necesita planearse. Por ejemplo, el aprender a usar la cuchara a la hora de comer, puede resultar de haberlo hecho tanto en los juegos como a la mesa. El aprender a utilizar palabras para describir actividades y experiencias, puede requerir una práctica planeada, así como una que sea accidental. Aprender a hablar resulta tanto de participar en las conversaciones como de escuchar ciertas lecturas. En último caso, puede ser

o no propiciada por los padres. Se le puede pedir a un niño que *cuente* la historia de las tiras cómicas una vez que el padre se las ha leído. Escuchar no constituye una verdadera praxis para el niño. Si las dichas tiras cómicas son sencillas, el muchacho puede relatar la historia por sí mismo. Asimismo puede volver a relatar las historias más complicadas una vez que se han leído. De esta manera, la práctica le permite aprender a disfrutar de dichas historietas, y aun aprende más en lo que se refiere a hablar y explicar las cosas a otras personas.

Cuando los padres no permiten que esta clase de ejercicios se lleve a cabo, el niño se enfrenta a dolorosas experiencias posteriormente. Consideremos, por ejemplo, a una muchacha cuyos padres le han permitido que haga muy pocas cosas por sí misma, y han tomado las decisiones en su lugar —cuándo irse a dormir, qué ropa ponerse, dónde usarla, a qué horas comer, etc. Cuando la niña ingresa a la universidad, probablemente recibe, antes de hacerlo, más instrucciones que antes: ("No te olvides de cepillarte los dientes; péinate, duerme bien.")

Se le ha permitido hacer muy pocas distinciones por sí misma, y sólo se le ha instruido verbalmente; no ha gozado de los beneficios de cometer errores. Ha tenido muy poco contacto con las consecuencias que de ordinario se originarían con su conducta en el mundo exterior, porque nunca ha contado con la ventaja de equivocarse y de enfrentarse a las consecuencias. Así pues, cuando empieza a ir a la universidad, se pone preocupada porque no sabe cómo actuar. Puede incluso acudir a un consejero universitario con la queja de que parece ser que nadie se ocupa de ella. Ciertamente, puede haber algo de verdad en su queja contra el ambiente que la rodea, pero años antes se le debió haber retirado gran parte del cuidado que se le prodigaba, el cual ahora echa de menos. En sus actuales circunstancias, no cuenta con nadie que sea lo suficientemente allegado como para que emplee tiempo y energía dirigiendo cada uno de sus movimientos.

Pequeños pasos y grandes recompensas

Es probable que hayamos descubierto que cuando se aprende a tocar un instrumento musical, ni siquiera la práctica basta. Pero, ¿recordamos que cuando perfeccionábamos la caligrafía, el ejercicio eventualmente fue suficiente para producir un aprendizaje cabal? ¿Qué diferencia hay entre tocar el piano y mejorar la escritura? En lo que respecta a aprender a mejorar la caligrafía, se producen recompensas no sólo por el resultado de horas de práctica, sino incluso por los primeros éxitos. Cuando se lleva a cabo este ejercicio, las letras se ven mejor inmediatamente. Para mejorar el sonido de una escala o pieza de música, se necesitan horas o semanas de ejercicios. La recompensa, pues, no es inmediata. Cuando ésta se produce en relación con pequeños éxitos iniciales, el niño querrá seguir adelante, pero cuando sólo se obtienen después de haber obtenido grandes éxitos, el niño se desalienta y ya no quiere seguir. Puede decir: "Nunca podré hacerlo bastante bien." No se trata del tesoro que se encuentra al final del arco iris, sino del acostumbrado gesto de aprobación.

En los casos de la caligrafía o del estudio del piano, los padres generalmente no han planeado ninguna recompensa. Pero, usualmente se tiene éxito con la caligrafía, mientras que del piano no puede decirse lo mismo. ¿Por qué sucede esto? Los padres acostumbran recompensar los primeros éxitos obtenidos en la caligrafía como logros valiosísimos *per se*, y tienen razón. Es algo útil y loable escribir bien. Sin embargo, las primeras tonadillas aprendidas en el piano no son útiles o loables *per se*, y esto lo saben tanto los padres como el niño, con el resultado de que hay poca recompensa. El escribir nuestro propio nombre o el de un amigo, o un mensaje secreto, es un logro importante y recompensador y se practica continuamente. Empero, la respuesta a la correcta ejecución de una escala, puede obtener un tibio cumplido o total indiferencia. Para vencer la carencia de recompensa en los pasos iniciales de conducta, el ejercicio debe ser recompensado por algo obvio y valioso. Quizás el aprender una canción favorita o popular con un solo dedo, debería ser una de las primeras partes de las lecciones. De esta manera, el éxito que se obtenga provocará atención y aliento.

El error más común cuando se empieza a enseñar algo a un niño, es el de exigirle demasiado por una recompensa pequeña. Los primeros pasos ameritan grandes recompensas. "¡Pero esto es cohecho!, dirán algunas personas. ¿No debería el niño hacer la mayoría de esas cosas sin esperar recompensa alguna y sólo por el placer de aprender? Algunos niños son buenos y realizan lo que se espera de ellos sin ninguna recompensa, ¿no es cierto?" Para dar respuesta a esta pregunta, primeramente hay que tomar en cuenta que a esos pequeñines tan buenos se les premia —socialmente— en gran medida. Algunos niños empiezan pronto y bien, con una gran dosis de aliento social. Lo hacen todo tan bien, que reciben grande alabanza, lo cual tiene el efecto de una bola de nieve lanzada por una ladera nevada; esto es, crece. Si empieza bien, se le recompensa ídem y sigue adelante; al seguir adelante se le vuelve a recompensar y así sucesivamente.

Sin embargo, este orden de cosas puede ser también a la inversa. A algunos niños no se les premia por ser buenos o por aprender. No esperan recompensas porque nunca las han recibido. Si un niño empieza sus actividades de una manera lenta o deficiente, no obtiene, por ende, palabras o actitudes de aliento, y empeora. La falta de reconocimiento lo va amilanando más y más conforme crece. Cuando hace algo que merece recompensa, no obtiene ningún comentario favorable pues "debería haberlo hecho hace mucho tiempo".

En ambos casos, las recompensas por buena conducta y la falta de ellas son importantes. Así pues, no podemos decir que algunos niños las necesitan y otros no. Todos las necesitan.

¿Esto significa que todos los padres que triunfan en la educación de sus hijos, son cohechores —chantajistas? No. Ante todo, estos términos son injustos porque implican una situación en la que una persona busca la forma de corromper a otra para que haga algo que está mal y que, además, usualmente es ilegal.

En segundo lugar, todos nos interesamos en obtener algo a cambio de nuestro esfuerzo. Nadie hace nada por nada. La recompensa puede ser tan sutil como el que otra persona diga que estamos haciendo el bien a los demás, pero es algo que nos impulsa a seguir adelante. En una ocasión, un padre rechazó un plan para corregir la conducta de su hijo con las siguientes palabras: "Debe ser lo suficientemente crecido como para querer hacer lo justo sin ninguna recompensa." Cuando el consejero le dio las gracias por haber dejado sus labores e ido a conversar con él, el señor repondió: "No hay de qué. De cualquier manera no tenía nada que hacer. Estamos en huelga para conseguir un aumento de sueldo." Por lo visto, tenía otro punto de vista cuando era "su recompensa" la que entraba en juego. A causa de su experiencia y conocimiento, creía que merecía un premio tangible —más dinero. Su hijo, sin mucha experiencia, tenía que enfrentarse a sus responsabilidades sólo por amor a ellas. Para que un chico que se encuentra atrasado en la escuela, se ponga al corriente, se le deben ofrecer suficientes gratificaciones, como es el caso de cualquier otra persona. La práctica debe ser acompañada de un premio. En el contexto en el que estamos utilizando la palabra "práctica", no significa meramente la repetición de una conducta determinada, sino que asimismo se refiere a las consecuencias de ésta. Los padres deben prever las consecuencias y permitir que su hijo ejercite su propia conducta. Este procedimiento puede ser fatigoso, pero es muy importante. Para los padres, es frustrante dejar que el niño lleve a cabo una tarea en particular y la eche a perder. Es mucho más fácil hacer la cama de un crío de siete años que contemplar lo mal que lo hace; de igual manera, es mucho más fácil decir a una niña de diez años lo que debe ponerse, que enviarla cuatro veces a cambiarse de ropa.

La situación puede ser particularmente difícil cuando también es necesario dar al niño muestras entusiastas de aliento y gratificación por una pobre aproximación a la conducta ideal, pero la necesidad de dar constantemente ánimo y recompensas, es absolutamente imperativa en este tipo de praxis. Sería muy

bonito si, después de una corta ejercitación, el niño siguiera desenvolviéndose por sí mismo, pero ya sabemos que no es así. Habrá que seguir actuando como padre gratificador. Aun el niño que continuamente construye modelos de aeroplanos, a pesar de su motivación aparentemente natural, necesita admiración a su trabajo para que continúe haciéndolo bien. En casos de conductas más difíciles —tareas escolares, buenas maneras, sociabilidad— hay que proporcionarle oportunidades de ejercicio y de gratificaciones. Este es el gran deber de los padres, y para ello, necesitan interés, estudio y tiempo; necesitan amar a su hijo.

2

Planeamiento

En el *Gesell Institute's Child Behavior* se aconseja a los padres que "traten de proporcionar a sus hijos, en la medida de lo posible, el tipo de situaciones en el que todo tipo de niños se sienta a gusto y pueda desenvolverse bien. Empero, hacen hincapié en que no hay que tratar de cambiarlos". El consejo es bueno, excepto en que las palabras "tipo de situaciones" y "desenvolverse bien" no son bastante explícitas como para indicar lo que hay que hacer. Los capítulos siguientes describen los tipos de situaciones que los padres podemos proporcionar. De hecho, actualmente, en la vida diaria, damos a nuestros hijos algunos tipos de situaciones que de cierta manera los transforman. Lo que hay que planear ahora, es una situación que influya en ellos y los haga actuar de la manera que creamos conveniente. La forma en que un niño obtiene independencia, varía de familia a familia. Probablemente, todos estamos de acuerdo en que la crianza de los hijos debe ser un proceso en el que gradualmente se expande la responsabilidad, el ejercicio de las cosas, la actividad y la independencia. Desgraciadamente, en la mayoría de los niños existe un período de "limitaciones" seguido de un cambio brusco en el número de actividades del que es responsable. Por ejemplo, el adolescente siente que lo echan del nido a los diecisiete años, que es cuando inicia una vida propia, ya sea en la universidad o en el trabajo. Mientras que vive en el hogar paterno, la mayoría de los adolescentes experimentan una práctica muy reducida de las consecuencias determinadas por extraños. Una vez lejos del hogar, los muchachos aprenden rápidamente de las rigurosas consecuencias de sus actos.

La mayor parte de estos adolescentes, crece tarde, dolorosa y bruscamente. No obstante, como leemos en los periódicos, hay muchos adultos jóvenes que no se saben manejar muy bien durante su repentino acceso a la independencia. Muchos de ellos no cuentan con las conductas sociales tan apreciadas por los adultos. Cuestionan y rechazan la exposición razonada de la conducta que el mundo de aquéllos aprecia y espera. Como se enfrentan a un ajuste a todo lo que los rodea, y a la vez descubren que es demasiado, les es más fácil rechazar a la sociedad.

Probablemente, una de las razones comunes de ese rechazo total, es que sus padres nunca les mostraron el significado y valor de muchas conductas. No les permitieron la libertad de tomar algunas de sus propias decisiones, con las respectivas consecuencias. Cuando los muchachos toman sus decisiones, experimentan el fracaso o el éxito que originan. Cuando triunfan, sus padres se regocijan, pero cuando fracasan, no deben reconvenirlos, sino apoyarlos, ayudándolos a explorar el uso de las conductas alternas. Es posible que se produzca un largo período de errores con este método, pero cuando el adulto joven abandona su hogar sin esta experiencia, no hay tiempo para la discusión, exploración o selección (o rechazo). Al llegar a la edad adulta no hay tiempo de elegir.

Reglas dentro de la razón

Los niños muy pequeños, por lo general, no demuestran una resistencia extremada a los valores de la sociedad, ya que encuentran una gratificación natural en las cosas en que sus padres los recompensan. Es naturalmente gratificante poder vestirse uno mismo, atar las cintas de los zapatos o usar correctamente los cubiertos. En estos casos, la utilidad genuina de la actividad misma es una gran ventaja para el padre aleccionador. Pero, con qué rapidez el valor obvio de las tareas

puede obscurecerse y ser debatible. Después de saber utilizar con corrección los cubiertos, la siguiente lección es la que se refiere a las buenas maneras a la mesa. Una vez que el niño aprende a vestirse, la siguiente lección es la de la selección adecuada de ropa. El padre debe examinar el razonamiento que existe bajo las reglas y costumbres de la conducta, o se verá en la incómoda posición de defender arbitrariamente una conducta determinada. Su propio sistema de valores se ve amenazado, de una manera suave, pero se trata de una imagen anticipada de la confrontación que se producirá en los próximos quince a veinte años. En una u otra ocasión, los padres no pueden comprender la justificación de algunos de sus procedimientos. Cuando se les interroga al respecto, racionalizan en un intento desesperado de proteger su propia autoridad y de apaciguar la rebelión infantil.

de hecho explicarlos, por lo cual
no basta con ser modificados, sino
que la modificación debe ser correspondiente
a las situaciones nuevas, se debe [illegible]

Una justificación puede ser más que un muro contra la invasión. Se obtienen muchas ventajas si se comprende la razón por la que nos interesamos en determinadas conductas. Somos criaturas de costumbres. Podemos seguir reaccionando ante una circunstancia común, de una forma inconveniente y desagradable, por razones que no han sido revisadas durante muchos años. Consideremos, por ejemplo, lo que respecta a las malas posturas que adoptan algunos adolescentes. Esta conducta provoca muchos regaños y amenazas. El padre se vuelve desagradable con sus reacciones, no sólo ante el niño sino ante sí mismo. Gran parte del tiempo que pasa la familia junta se estropea con palabras desagradables. Una discusión franca del porqué la postura es una conducta de interés, podría dar lugar a una de las conclusiones siguientes. Algunas de ellas se podrían aplicar a muchas de las conductas que nos interesan.

1. La conducta es demasiado trivial para interesarnos. Ignorémosla y con ello habremos eliminado muchas discusiones desagradables y tendremos más tiempo para otro tipo de conversación.

2. La justificación reside en el futuro. Cuando se empiece a fijar en las muchachas, se enderezará y preocupará acerca de su apariencia. Al saber esto, dejémoslo en paz y esperemos que las muchachas lo corrijan.

3. La conducta realmente merece que se produzca un cambio. Pensemos en una consecuencia que funcione y dejemos los regaños. De ahora en adelante, cualquier miembro de la familia al que se sorprenda en una postura defectuosa, inmediatamente debe echar una moneda en la alcancía. El que pase todo un día sin haberse jorobado puede tomar 10 veces la cantidad impuesta como multa. (Serán el padre o la madre los que paguen cuando la alcancía esté vacía.)

4. La conducta realmente merece que se produzca un cambio, pero el niño no cambia porque sabe que con ello nos molesta. Con todo, ya existe una recompensa que funciona; los regaños que creímos que acabarían con la costumbre. (La respuesta aquí es la misma de la conclusión Nº 1.)

5. La conducta merece que se produzca un cambio porque para *nosotros* sería más agradable de esa manera. No es en beneficio del niño sino en el nuestro. La alcancía se utilizará tanto en lo que a nosotros respecta como en cuanto al niño.

La última posición puede ser válida, como se demuestra en la siguiente situación: "Mamá y papá, ¿por qué no puedo permanecer levantado hasta tarde, las tres noches del fin de semana, viernes, sábado y domingo?" ¿Es porque una de esas noches debe emplearse para hacer los deberes escolares? En caso de ser así, y si el niño demuestra que no tiene tarea, ¿puede permanecer levantado hasta tarde las tres noches mencionadas? ¿Es para obligarlo a descansar? Entonces, ¿por qué papá se empeña en despertarlo tan temprano los domingos por la mañana? A veces, la justificación genuina que existe bajo este tipo de regla es que los padres quieren tener una noche en la que puedan estar tranquilos y sin preocuparse de dónde se encuentra su hijo. Si se manifestara esta justificación con franqueza: "Quiero que estén aquí para no preocuparme", se evitaría la mayoría de las discusiones. El egoísmo se puede justificar en tales circunstancias, pero, indudablemente, no la falta de honestidad.

Los padres deben continuamente interrogarse acerca de la honestidad y deben hacerlo antes de que sus hijos lleguen a la adolescencia. Si el niño de cinco años no puede correr y gritar por toda la casa, no hay que decirle que es porque los niños buenos no hacen eso, sino porque molesta.

Cuando los padres se comportan como niños

Escoger una consecuencia y decir: "Si no eres bueno hoy, no irás al circo el sábado", es ignorar el principio de la experiencia practicada. Ir al circo constituye una experiencia, pero, al igual que el éxito en el piano, está demasiado lejano. Y no sólo es algo que está demasiado lejos, sino que no se puede repetir. Al menos, cuando el niño hace progresos en el piano, puede empezar a obtener recompensas repetidas. Pero este método no se puede usar con consistencia, porque se da sólo una vez. Que lo llevemos o no al circo, es como si estuviéramos tratando de contener a una horda de bandidos con un rifle que sólo tiene un proyectil; en estas circunstancias, la única esperanza sería echar mano de amenazas verbales, sin pasar a mayores. Es lo mismo con los niños: una vez que pasamos a mayores, estamos perdidos. Si rehusamos llevarlos al circo, somos unos ogros; si no cumplimos la amenaza, somos unos charlatanes. De cualquier manera, llevamos las de perder. Hay que permitirnos placeres individuales sin tratar de usarlos para limitar la mala conducta. Es mejor encontrar algo que se pueda utilizar *con frecuencia,* algo que no sea tan riguroso que haga pensar què sólo se trata de una amenaza.

Por ejemplo, no amenacemos continuamente que vamos a echar a la basura todos los juguetes que tenemos que recoger (amenaza tan seria que no se puede manejar). Inventemos un armario para los juguetes, en el cual se colocarán todos los juguetes que sean recogidos por los padres. Este armario permanecerá abierto ciertos días de la semana, de tal manera que todos los juguetes "confiscados" puedan ser reclamados por sus propietarios. Si el descuido por parte del niño ocurre la noche del lunes, cualquier juguete que sea recogido por los padres a partir del martes, será guardado en el armario y allí permanecerá hasta que éste sea abierto la noche del próximo lunes. Con este procedimiento dispondremos de una consecuencia repetible que puede convertirse en una experiencia más consistente y razonable ante los ojos del niño y, por lo tanto, producirá un cambio consistente. Una consecuencia muy repetible sirve para refrenarse en los regaños. La repetición y el recordatorio no son cosas que lleve a cabo un padre regañón, sino la consecuencia misma. Con esta medida se acaban los regaños y reconvenciones y se empieza a utilizar una consecuencia regular, la cual se puede repetir cuantas veces sea necesario sin que resulte tan rigurosa como para parecer irrazonable.

Ahora ya estamos instalados en un buen principio. Pensamos en términos de consecuencias repetidas y sus efectos sobre una conducta específica y observable. Tenemos alguna idea de las preguntas que nos pueden hacer y sabemos que las consecuencias que se van a usar deben ser razonables y honestas y que se pueden repetir.

Es indudable que ya nos hemos formado algunas costumbres acerca de las consecuencias en nuestras actividades diarias con nuestros hijos. Estas costumbres no son consecuencias planeadas, pero representan la tendencia que tenemos a reaccionar ante nuestros hijos de una forma determinada. ¿Con qué facilidad y frecuencia reaccionamos ante ellos? Todo el mundo ha visto a esos padres que constantemente dicen a sus vástagos: "Suénate la nariz", "acomódate la camisa", "no toques esto", etc. Por otra parte, también nos hemos encontrado con padres que *nunca* reaccionan; dejan que sus hijos crezcan como salvajes. Ambos extremos suscitan muchas preguntas. Por ejemplo, una manera de considerar la calidad agradable y amistosa de un padre o de cualquier persona, es la de sopesar su tendencia a dar apoyo, animar, estar de acuerdo, o sea la de dar recompensas con frecuencia. Estas personas joviales y accesibles parece ser que poseen una regla que reza: "Cuando dudes, recompensa y casi nunca castigues." Conforme corregimos, contradecimos, regañamos y castigamos, perdemos este aire amistoso. La razón por la que un adolescente prefiere salirse con sus amigos en vez de permanecer en casa con su familia, usualmente estriba en la probabilidad de que su conducta sea aceptada (recompensada). Esta anticipación puede explicar el porqué un muchacho de quince años deja la comodidad de su casa para ir a pasar la velada con sus amigos en una esquina cualquiera.

Por otra parte, una frecuencia muy escasa de consecuencias o una carencia completa de requerimientos, no proporcionan información acerca del bien y del mal y no existen límites. Todos los niños y los adultos exploran continuamente dichos límites; de no existir, las cosas se salen de proporción.

Sin duda alguna, la recompensa más eficaz que se usa en el hogar, es el elogio y ánimo que proporcionan los padres. Cuando el elogio se utiliza consistentemente y de forma obvia, para una conducta en particular, los resultados son halagüeños. Nunca se repetirá lo suficiente, lo mucho que la atención influye en la conducta de nuestros hijos. La atención, el elogio y el estímulo en general, son recompensas muy fáciles de usar. Se dan muy a menudo. El niño llama nuestra atención con mucha facilidad. Por lo tanto, esta atención es la influencia más poderosa sobre la conducta de nuestros hijos. Como se trata de un elemento tan influyente, se suscita la pregunta de qué conducta es la que no debe llamar nuestra atención. La selección de las conductas que deben ser recompensadas o ignoradas, es el cometido principal del hecho de ser padre.

Aunque la mayor parte del tiempo reaccionamos sin que medie ningún plan, tenemos que disponer de algunas reglas para la recompensa y de otras para el castigo. Por ejemplo, corregir, reprender o castigar *toda* conducta equivocada, es ser una persona desagradable. Si nos empeñamos en corregir todos los errores que nuestro hijo comete cuando nos habla, probablemente también nos quejemos de que no lo hace con mucha frecuencia. Es mejor recompensar (con un gesto de aprobación o con una sonrisa) los pequeños errores que castigar con suma frecuencia y de una manera improvisada y sin propósito. De aquella forma es probable que sigamos batallando con la conducta del niño, pero asimismo tendremos un hijo que todavía no sabe muchas cosas, amistoso y ansioso de pasar un rato a nuestro lado.

La alternativa entre recompensas y castigos se estudiará detalladamente en el capítulo quinto, pero en la mayoría de los casos es obvio que la recompensa es mejor. Además, como debemos mantener una relación amistosa y positiva con los hijos, la regla de "cuando dudes, recompensa" es con probabilidad una buena regla básica. El castigo demuestra que entre todas las respuestas que el niño pudo haber manifestado, la suya era la mala, por lo que es ineficaz, ya que proporciona poca información acerca de lo que es una conducta correcta. La recompensa es mucho más eficiente, ya que propone que de todas las respuestas que pudo haber manifestado, la suya era la correcta. Sin embargo, es más difícil usar la recompensa, ya que hay que tomarse el tiempo para decidir lo que queremos recompensar, mientras que probablemente ya sabemos lo que deseamos castigar.

Haz como yo . . .

Si descubrimos que es difícil saber qué conductas convenientes deseamos en nuestros hijos, entonces podemos ver lo igualmente difícil que va a ser para ellos descubrir cómo se deben comportar. ¿Qué es lo que intentarán hacer primero? La mayoría de las veces tratan de hacer lo que nosotros. Si a nosotros nos funciona, quizás también a ellos les dará resultado. Así como siempre proporcionamos consecuencias a nuestros hijos, de la misma manera somos siempre un ejemplo potencial para ellos. Pueden mostrar cierta duda acerca de si se les recompensará por imitar nuestro ejemplo, pero con toda probabilidad, así será. Hemos descubierto que nuestra conducta es el mejor ajuste con que contamos, así que es posible que ellos descubran lo mismo; manifestándoles que estamos de acuerdo, lo cual constituye una recompensa. Una madre dijo al respecto en una ocasión: "¡No puedo entender por qué mis hijos se están siempre peleando, si yo siempre *me peleo* con ellos por este motivo!"

En otro caso, unos padres solicitaban ayuda para tratar a su hijo adolescente, cuya dificultad principal era su falta de respeto hacia los demás, particularmente hacia su madre. Su "falta de respeto" se definía como hacer observaciones sarcásticas, ignorar las preguntas directas e insultar a la gente. El padre dijo que él creía que la madre contribuía a esa conducta por ser "blanda" y "no ponérsele dura aunque fuera una mujer". Creía que ella había adquirido esta actitud en los "chismes" con las "vecinas tontas". Era fácil ver el ejemplo que el padre daba al hijo. Cuando éste lo imitaba, esperaba elogio y admiración.

Disposición paterna. Así pues, la disposición del niño es generalmente una copia de la actitud paterna. Este copiar, casi siempre es recompensado por los padres, ya que, después de todo, ellos han llegado a su meta. La disposición a corregir y castigar a los demás se puede aprender con la misma facilidad que la disposición a recompensarlos. La disposición general de la familia es, por lo tanto, un factor crítico que afecta las consecuencias, y si es negativa, los padres deben ponerse de acuerdo para determinar el ejemplo que hay que dar y lo que respecta a la oportunidad de las recompensas. El reglamentar nuestra disposición a través de una estrategia planeada, es una tarea difícil. Dentro de ella no existen consecuencias planeadas para *nosotros*, y con la práctica, las cambiamos de la misma forma en que las cambian los niños. Así pues, el que se pueda o no hacer algo acerca de las disposiciones que existen en el hogar, se ve reflejado en la respuesta a la pregunta: "¿Pueden estos padres *hacer un plan* para controlar en algo sus propias conductas a través de las consecuencias sociales? Si este cambio es posible —si uno de los dos dice honestamente al otro: "No dejes que la emprenda con los niños; detenme y hazme ver mis buenas reacciones hacia ellos"— entonces hay esperanza de que cambie tanto la disposición como la atmósfera familiares.

La disposición de la familia también puede recibir la influencia de la elaboración de planes con respecto a las pequeñas conductas sociales de los niños. Muchos padres se han ganado su mala disposición por no planear los límites de sus exigencias a sus hijos. Por ejemplo, ¿en qué situaciones tendrá la razón el niño? Éste hace tantas cosas mal; hay tantas cosas que queremos que haga bien y tantas otras que puede hacer mal. Así, sin haberlo planeado, el padre cree que tiene que estar tras de él todo el tiempo para evitar algún desastre. "No lo puedo dejar solo", dice el padre. Esta dificultad se origina porque la madre intenta corregir e instruir a su hijo en muchas conductas que en realidad nunca ha planeado o discutido. Su costumbre de corregir a los demás, usualmente se convierte en la de decirles anticipadamente lo que debe hacerse para que no cometan tantos errores.

Esta situación adquirió una gran evidencia un día en que una madre y su hijo esperaban en el despacho de un consejero a que éste terminara otras ocupaciones. Lo que sucedió indicó de qué problema se trataba aun antes de discutirlo. Primeramente entró el niño y se sentó; la madre lo hizo en dirección opuesta a él, no sin antes ordenarle: "Ven a sentarte aquí." (¿Por qué tenía que sentarse el niño junto a ella?) "No muevas los pies." El muchacho cogió una revista de la mesa. "Ten cuidado con eso." El niño dio vuelta a una página ruidosamente. "Chhh." La situación parecía similar a un concurso canino en el que la persona que maneja al pastor alemán desea demostrar al juez lo completamente que domina y controla cada uno de los movimientos del animal. En este caso, la madre tenía todavía menos justificación que el manejador del perro ya que ella ni siquiera planeó hacerlo. Cuando expuso el problema, una de sus quejas fue que su hijo era demasiado mandón con otros niños.

Un aspecto interesante de una disposición así, es que, generalmente, el padre sólo la usa con su hijo. De ordinario no actúa así con los demás. Más bien, ha llegado al punto de esperar algo diferente de su propio hijo y reniega cuando se produce la más ligera desviación en lo que espera. Sin embargo, la esperanza misma no ha funcionado ni se ha planeado. Lo que al principio parece ser una gran esperanza, en realidad no lo es en lo absoluto. El padre castiga a su hijo por casi todo y no le da ninguna oportunidad de que se porte bien. Este tipo de disposición es casi siempre resultado de una falta de planeamiento y de atención a las reacciones paternas. La parte crítica del planeamiento que queda fuera es la designación de conductas importantes opuestas a conductas triviales. ¿Había pensado la madre antes mencionada, en si su hijo siempre tenía que sentarse junto a ella? Dijo que no. ¿Por qué le ordenó que lo hiciera? Después de especular durante un momento declaró que porque tenía miedo que "hiciera algo malo apartado de ella". No contaba con ninguna expectación específica de que hiciera algo malo; únicamente no confiaba en él. Algunos niños merecen esta desconfianza, pero en el caso de éste, sólo se trataba de una costumbre fusionada con una pequeña reprimenda.

Se le había colocado al niño una traílla psicológica, de la cual le tiraban con mucha frecuencia.

Para acabar con la costumbre de usar dicha traílla psicológica, se debe usar la regla de: "No hay que corregir ni ordenar a nuestros hijos a menos que *sepamos* que van a cometer un error". Esta es una regla que todos los adultos esperan que les apliquemos, y nuestros hijos merecen tanta fe como cualquier adulto. Hay que acostumbrarnos a vacilar antes de administrar una reprimenda o corrección. ¿Nuestro hijo está haciendo o está por hacer en realidad algo malo? ¿Es probable que la reprimenda funcione a manera de recompensa por una mala conducta? ¿Es esta la actitud que queremos que nuestros hijos aprendan de nosotros?

Además de crear una atmósfera general, la disposición afecta el planeamiento de problemas particulares. En las actividades cotidianas de la familia, por ejemplo, hay ciertas cuestiones que se suscitan continuamente. El niño las considera muy importantes y, aunque sabe las respuestas, constantemente se manifiesta en contra. "Mamá, ¿por qué no puedo ir solo al cine?" "Ya te dije por qué." "Ya sé, pero, ¿puedo ir? "¡Por favor! No." El día siguiente sigue con lo mismo. "Mamá, María quiere que la acompañe al cine. ¿Puedo ir?" ¿Qué sucesos hacen que se mantenga esta conducta? Se trata de un tópico que siempre origina desacuerdo y castigo, pero con todo, se sigue suscitando.

La razón principal y también la más probable, de esta batalla, es que la madre y el padre nunca se han puesto de acuerdo para planear una solución al problema. Sin esto, las razones que se dan al niño cambian cada vez; los padres disienten de vez en cuando y asimismo pierden confianza en estas decisiones. La inconsistencia que muestran hace que el niño siga insistiendo de tal manera que un día espera encontrar una coyuntura feliz que le permita hacer lo que desea, lo cual probablemente ocurra.

Cuando los padres consideran esta cuestión, pueden afirmar las razones, y por ende ganan confianza. Sería de mucha ayuda exponer detalladamente las razones verdaderas por las que se toma una decisión. "Tu madre y yo hemos decidido que no puedes ir al cine solo. Puede haber personas que te metan en dificultades tanto en el camino como en el cine. Cuando tengas diez años, podrás hacerlo. ¿Lo entiendes, Roberto?" Probablemente el niño siga insistiendo, aunque con menos intensidad, ya que se sentirá mejor, pues la situación será entonces clara, honrada y justa. El conocer la estructura, qué es qué, es mejor que lo castiguen y regañen continuamente. La conducta del niño cambiará porque la exposición de la regla es concreta y detallada.

Una vez que la atmósfera se ha despejado un poco, hay que hacer un esfuerzo especial para recompensar la buena conducta y las conversaciones que hemos buscado. No hay que dejar que este vacío sea llenado por otra conducta que busca atención.

Así pues, la disposición es asimismo un asunto de estar alertas al castigo o a la recompensa. El estar buscando malas conductas que castigar, es *per se* una actividad adversa que fuerza a los padres a ser desagradables. Por otra parte, el castigo tiende a reducir la cantidad total de conducta del niño, y por lo tanto, no permite que se realice la práctica. De esta forma, se violan dos características generales de amor y amistad así como una disposición generalmente placentera; existe

la tendencia a castigar en vez de otorgar al niño el beneficio de la duda, y aun cuando los padres no están presentes, la conducta de aquél se mantiene constreñida por la constante amenaza de castigo. A la larga, usualmente, la buena conducta mengua con el castigo.

Hay que hacer hincapié en que no sólo estamos discutiendo el castigo físico sino también aquellas reprimendas (regaños y comentarios sarcásticos) que supuestamente tienen como objeto suprimir una cierta conducta. Incluso debemos saber usar muchos cumplidos de mano izquierda, los cuales parecen recompensas pero en realidad son reprimendas: "Ciertamente has mejorado mucho de un año a la fecha", o "Eso es muy bueno considerando que . . ."

Examinemos la disposición del niño más detalladamente. Puede ser que ya tengamos alguna idea acerca de hasta donde ha llegado con los ejemplos de que dispone, y nos encontramos en mejor posición para manejar esta dificultad porque podemos determinar las conductas que la integran. La característica más obvia de la "conducta de mala disposición" es que su consecuencia es una reducción general en la conducta que persigue. El padre puede silenciar al niño o impedirle actuar, al asumir una pose amenazante que implica que si el niño hace algo, es probable que lo castiguen. El niño utiliza la misma idea, pero como es una persona menos poderosa, debe utilizarla de una forma más sutil.

"Control de las mañas", es el término que usaremos para describir la circunstancia en la que los padres deciden hacer algo y no aceptar "las mañas del niño". Éste hace uso de esta conducta para burlarse de su madre y evadir alguna petición indeseable de trabajo. Dicha conducta es asimismo resultado del hecho de que la petición que le hacen es *solamente* de trabajo, esto es, utiliza sus "mañas" para evitar hacer lo que le ordenan, ya que esto, por sí solo, no ofrece ninguna recompensa.

A estas alturas es posible que empecemos a cansarnos un poco de la idea de que todo debe tener una recompensa, pero hay que recordar que lo que se entiende por algo que *recom-*

pensa o que *rinde,* es en muchos casos una expresión honesta después de haber realizado una tarea buena y útil.

Hay que tener cuidado de la manera en que expresamos esta apreciación. Decir: "Bueno, no estuvo tan mal, ¿no es cierto?", es malentender el uso de las consecuencias. Utilizamos el éxito como otra oportunidad para reprimir al niño por haberse tardado. Pensemos en cómo demostraríamos nuestro aprecio a otro adulto si hiciera la misma tarea para nosotros. Es mejor utilizar la recompensa en vez de un comentario condescendiente que se reserva al niño que supuestamente creemos que debe querer hacer la tarea de cualquier forma.

Así, tanto los padres como el niño usualmente incurren en una conducta algo mal dispuesta; los primeros tratan que el segundo desempeñe alguna actividad por medio de la coacción, mientras que éste evita llevarla a cabo porque se trata de una mera coacción sin una recompensa importante. Cuando el niño echa mano de sus mañas, a menudo expone la situación con bastante fidelidad al decir: "¿Por qué tengo que hacer eso?" Esta actitud es un mero pretexto con el cual se quiere obstaculizar alguna petición formulada por los padres, pero, incidentalmente, constituye una buena pregunta. ¿Por qué debe hacer eso el niño? El problema en la rebelión infantil es que es mucho más fácil intentar coaccionar una conducta determinada por medio de nuestra autoridad que planear y proporcionar consecuencias razonables y positivas. El tomar esta medida requiere que las reglas elaboradas y usadas estén sujetas a un planeamiento, o cuando menos, a un nuevo punto de vista que nos permita otorgar una mayor dosis de aprobación social con más facilidad.

La lógica de las consecuencias

Las consecuencias influyen en las futuras conductas, y esta regla se aplica tanto a las conductas indeseables como a las deseables. Cuando una madre pregunta por primera vez por qué sus hijos pelean y discuten, espera que se le dé una respuesta en términos de su constitución emocional y de factores determinantes tales como experiencias primeras y rivalidad entre hermanos. Si la respuesta sugiere un procedimiento que daría resultado a un cambio, el ¿Por qué? sin embargo, debe interpretarse como: "¿Qué es lo que sucede en seguida?" El evento que sucede inmediatamente a una conducta es la consecuencia que se debe observar.

Habrá que hacer algunas observaciones minuciosas, y la mejor manera de realizarlas es por medio de un esquema. Escojamos un sitio fácilmente accesible, y tengamos siempre un lápiz a la mano. Bien vale la pena llevar un registro preciso de una conducta indeseable, ya que más de una sugerencia de consecuencias se puede obtener por este medio. Podremos darnos cuenta de la hora, del día en que dicha conducta acaece, en quién, y sus consecuencias.

Por ejemplo, en la situación del entrenamiento sanitario, si se dispone de un trozo de cartulina fijado sobre el cesto de los pañales, se pueden registrar las veces que se cambian pañales durante el día, de tal manera que el entrenamiento puede empezar en cuanto se determinen los intervalos regulares. Una vez que se conocen éstos, se puede colocar al niño en el retrete en el momento más oportuno. Los éxitos se anotan en la cartulina para que el niño pueda ver una evidencia concreta del progreso realizado, con lo que los padres mismos se sienten alentados. Bajo estas condiciones, es más probable que se lleven a cabo las consecuencias deseadas, y los padres no se rinden fácilmente ya que ven que se progresa, lo que constituye su recompensa.

De esta manera, este tipo de gráficas proporciona algo más que información: incentivos. Cuando se sabe utilizar este método, sirve para recordar al niño sus triunfos pasados así como para recordar a los padres que deben aumentar sus esperanzas respecto a la actuación de aquél y planear recompensas idóneas. Este método lleva a una mínima expresión las probabilidades de que se presenten malentendidos acerca de la ocasión en que se produjeron las conductas y se otorgaron las recompensas. Así pues, no hay que dejar que el complicado proceso de criar a un hijo dependa de la memoria y consistencia de dos personas tan profunda y emocionalmente involucradas en él. Llevemos un registro.

La necesidad de registrar las secuencias detalladas, significa que tendremos que separar los problemas individuales; no es posible registrarlo todo acerca de nuestra familia y de nosotros mismos a la vez. Es imposible planear las recompensas y los castigos y al mismo tiempo realizar los proyectos para solucionar muchos problemas. Debemos elegir uno y dejar los demás para después. Por ejemplo, deberíamos hacer una anotación cada vez que los niños pelean. Asimismo, podríamos hacer otra cada vez que los padres prestamos atención al zipizape. Después de prestar suma atención al problema durante una semana, las consecuencias provocadas por la conducta de los niños, se harán evidentes. Posiblemente, las peleas son una "conducta para matar el tiempo" que se verifica cuando los niños no tienen nada mejor que hacer. Podríamos descubrir esta relación cuando observamos que nuestra reacción a las peleas es la de sugerir cosas que les impidan meterse en dificultades. Por otra parte, a las peleas pueden seguir la reprimenda e interferencia paternas, con lo que los niños siguen peleando en pro de esa atención.

Al principio puede parecer ridículo pensar que los niños pelean para que sus padres los castiguen, pero una de las reglas cardinales cuando se piensa en las consecuencias es que éstas deben juzgarse por la manera como afectan a la conducta y no por lo que los padres creen que sería su efecto.

Los berrinches comunes de los niños de dos a cinco años son un ejemplo excelente de este último punto. Usualmente, cualquier atención que se dé al berrinche, funciona como recompensa a él. Vemos ciertos indicios de que esto es así cuando nos damos cuenta de que la probabilidad de un berrinche es mayor cuando el niño es ignorado porque hay visitas o porque estamos hablando por teléfono o cuando se desarrolla una situación competitiva en la que otro niño es el centro de atención. Hay que tener desconfianza de toda reprimenda verbal, corrección e incluso castigo físico. Siempre existe la posibilidad de que sean recompensas en vez de los castigos que pretenden ser. Un padre expresó su comprensión del objetivo que perseguía su hijo con un berrinche, diciendo: "Sabe que me impacienta. Desea que me enoje y sólo se está exhibiendo."

Eliminar esta consecuencia y permitir que el berrinche u otro tipo de conducta odiosa quede sin recompensa, para cualquier padre es una decisión muy valiente. El primer resultado de una táctica semejante es probable que sea el de berrinches aun mayores —especialmente si hay un largo historial de conducta recompensada. Cuando una máquina tragamonedas falla, ¿nos alejamos tranquilamente y no volvemos a ponerle otra moneda? No. Lo más probable es que arriesguemos otra moneda, demos de patadas a la máquina, apretemos estrepitosamente los botones y entonces —sólo entonces— busquemos otro tipo de conducta que pueda funcionar bien. De esta manera, hay que estar preparados para ver que el niño intente una conducta más desesperada cuando no se recompensa su berrinche. Asimismo hay que prever una recompensa para una conducta nueva, ya que, cuando el niño que hace berrinches finalmente empieza a considerar otro tipo de conducta, se presenta otro problema. Busca otro medio de conseguir nuestra recompensa. ¿Qué es lo que encontrará?

Esto depende de la persona que otorgue la gratificación. Los padres deben planearla para otra conducta cuando quiera que no intenten premiar el mal comportamiento.

Los pecados de la omisión

Si el padre permite que el niño caprichoso siga con su estrépito, puede ser que durante los primeros berrinches sienta que se trata de algo sumamente desesperante. El niño siente que necesita más atención y seguirá buscando formas de obtenerla. Al no prestársela, se siente más presionado. El berrinche era uno de sus medios de obtener su parte de consideración, pero ya no funciona. La falta de atención será mayor de lo que era en las circunstancias que anteriormente producían la pataleta. En este caso, es necesario prestar atención a la buena conducta, y quitarla de la mala. Un plan para fomentar nuevas conductas sería, en efecto, un plan desarrollado sobre una base diaria. Como ejemplo de este tipo de planeamiento, consideremos el caso de un niño de cuarto año de primaria, el cual, cada noche se pasaba cuatro horas haciendo sus deberes escolares. Sólo necesitaba alrededor de media hora para hacerlos, pero se tardaba adrede. En el acercamiento conductístico, la pregunta "¿por qué?" se interpreta en este contexto como: "¿Qué es lo que sucedía luego?" ¿Qué resultado obtenía el niño cuando se retorcía, dejaba caer el lápiz, pedía permiso para ir a la cocina o al baño, para regresar y descubrir que había perdido donde iba, llamaba a un amigo para preguntarle pormenores de la tarea, y así sucesivamente? Lo que sucedía a continuación era la atención prolongada que le prestaba su exasperada madre. Para probar este punto, se preguntó a ésta: "¿Qué hubiere pasado si el chico hubiera respondido en forma aceptable haciendo la taréa en breve tiempo?" La madre contestó que le hubiera gustado mucho semejante proceder, ya que de esa forma podría haber preparado la cena a tiempo para tener tiempo de salir. Si él hubiera hecho su tarea bien, la señora se hubiera ido. Al prolongar el niño su tarea, lo que sucedía en seguida era que la madre le prestaba toda su atención.

Al principio, la solución a este problema puede parecer que consista únicamente en retirar al niño la atención que se le da por su dilación. Sin embargo, hay que admitir que lucha por obtener la atención de su madre, y estaría mal simplemente despojarlo de esa recompensa. Se debe planear otra oportunidad para que reciba dicha atención. No podemos privarlo de ella, porque hemos visto que trabaja para conseguirla. El descubrimiento proporciona un medio para seleccionar una nueva actividad. En este caso, se ideó una nueva estrategia. La nueva regla era que el niño podría recibir la ayuda de su madre de las 4 a las 4.30 todos los días, pero no más. También se decidió que si terminaba la tarea antes de cenar, después, uno de sus dos progenitores le dedicarían media hora en cualquier juego o proyecto que eligiera el muchacho.

Con la ejecución de esta estrategia, cambiando las consecuencias y restringiendo sus efectos a un período razonable, el tiempo para la tarea se redujo de cuatro horas a cuarenta y cinco minutos. Además, la madre permaneció alerta a otro tipo de conducta que mereciera su atención. Pronto contó con la ayuda de su hijo para preparar la cena. El objetivo de esta estrategia no consistía simplemente en la eliminación de una consecuencia social. Se dio más atención a todos los demás aspectos: ejecución de la tarea y ayuda en la preparación de la cena.

Supuestamente, cualquier cosa que un niño obtiene ordinariamente, puede ser retenida, pero nuestra cultura garantiza algunas bases. Muy rara vez se produce el despojo de las cosas obvias.

La comida, el agua y el sueño se obtienen con facilidad. La pérdida de la atención, puede ser un poco más difícil de reconocer, ya que requiere un análisis, parecido al ejemplo de los deberes escolares mencionados anteriormente. La privación de la actividad general puede ser aún más irreconocible y por tanto, más molesta. Un niño no sabe de una manera natural cómo entretenerse o cómo encontrar algo que hacer. No bastará proporcionarle juguetes y dejarlo jugar solo en su habitación. Este tipo de situación no produce ninguna práctica ni consecuencia.

Por otra parte, las conductas aprendidas a través de una práctica recompensada, proporcionan estructuración, dirección y, a la larga, una mayor gama de habilidades aprendidas. Si al niño que se le priva de oportunidades de actividad, no se le facilita alguna estructuración, se lanzará en busca de ella, y después de varios años de desorientación, habrá adquirido algunas costumbres muy indeseables. La forma en que un niño se entretiene puede ser muy molesta si no cuenta con responsabilidades que cumplir, con oportunidades de desarrollar actividades agradables y con una razón para esperar recompensa.

No hay que llegar a la conclusión de que debemos vigilar constantemente a nuestro hijo para ver si tiene algo que hacer. Lo que se debe vigilar es su situación y sus oportunidades. No siempre necesita estar haciendo algo recompensador —todo el mundo quiere sentarse y reposar de vez en cuando. Sin embargo, hay que contar con responsabilidades gratificadoras. Por ejemplo, se deben asignar algunas tareas y premiarlas, sin especificar con exactitud cuándo se deben verificar. Si tenemos algunas cosas que podemos hacer cuando estamos de humor, esta oportunidad o impulso repentinos de actividad, tienen mayores probabilidades de resultar en una conducta aprobada y, por ende, premiada.

Lavar el automóvil, limpiar su habitación, practicar un instrumento musical, cuidar el jardín y ejecutar algunos otros tipos de tareas domésticas, son todos ejemplos de responsabilidades que se podrían asignar a un niño con una regla que expone la recompensa pero que no especifica la hora en que dichas actividades deben ser terminadas. Mientras la trompeta se toque a las ocho de la noche, habrá recompensa. Si es posible, hay que dejar que sea el niño quien elija su horario, eliminando de esta manera los regaños y fastidios y, al mismo tiempo, permitiéndole al niño un poco más de libertad en la elección de una rutina.

¿Qué sucede si se tarda demasiado y por lo tanto la conducta deseada no se verifica? ¿Qué pasa si omite la práctica y deja escapar el tiempo? En este caso, quiere decir que no se está utilizando la recompensa, por lo que es tiempo de buscar una que sea mejor. En algunos casos, asimismo puede ser conveniente preguntarnos si no estaremos exigiendo demasiado por esas primeras recompensas.

En busca de la "perfección"

Si se adopta el acercamiento conductístico esbozado en este libro, ¿cómo podemos estar seguros de que se ha operado algún cambio en la mente del niño? Independientemente del método utilizado para enfrentar la rebelión infantil, esta pregunta permanecerá parcialmente sin respuesta. La única forma en que uno puede saber algo acerca de otra persona es a través de la manera en que dicha persona actúa y habla. De estas conductas habrá que inferir los estados internos de la persona.

Así, no podemos estar seguros jamás de una "cura", en la connotación que ordinariamente se da a esta palabra.

La idea de una cura también implica que algunos cambios generales han tenido lugar en el individuo. Si utilizamos el acercamiento descrito aquí, es imposible contar con consecuencias y programas de aprendizaje bien elaborados, para aplicarlos a *todas* las posibles conductas por las que puede pasar un niño. Solamente podemos concentrarnos en uno o dos problemas conductísticos al mismo tiempo, idear sus consecuencias y realizarlas. Respecto a todas las demás conductas, debemos seguir confiando en la secuencia ordinaria de los sucesos. Tampoco podemos utilizar la palabra "cura" en el sentido de un cambio permanente; nunca hay garantía de que se presente alguna circunstancia imprevista con la que cambien las consecuencias. No podemos esperar controlar todas las consecuencias y combinaciones de consecuencias que potencialmente pudieran cambiar una conducta determinada.

Los procedimientos descritos en este libro se concentran en problemas conductísticos individuales. Los cambios de la conducta originados por dichos procedimientos, serán relativamente permanentes, y esa permanencia puede asegurarse en algo si se eligen cuidadosamente aquellas conductas que nosotros, los padres, sabemos que es posible que sean apoyadas por las recompensas sociales que ofrezcamos nosotros y los demás. Para ello, tendremos que confiar en nuestra capacidad de aprender a observar qué resultado, recompensa, o consecuencia, se derivan de las actividades individuales que nos interesan. Tendremos que aprender a estrechar nuestras observaciones y a concentrar nuestros esfuerzos en pequeños problemas durante amplios períodos. La regla básica es la repetición de las consecuencias. La práctica implica repetición y, en el contexto de este libro, repetición de las consecuencias. Rara vez se logra cambiar al niño por medio de medidas audaces. Lo que determina sus normas de conducta es lo que él ha llegado a esperar como resultado de sus experiencias consistentes.

3

Para comprender la conducta

A todos nos gusta creer que nuestras actividades son útiles e importantes. Esto es tan cierto en el adulto como en el niño. La continua réplica del niño cuando se le ordena hacer algo —"¿Por qué?"—, puede ser en parte una actitud para obtener atención, pero es asimismo una demanda de buenas razones.

En busca de significado

El desertor que cree que la escuela no sirve para nada, es un niño al cual se le han ordenado las cosas de una manera que *para él* no tiene ninguna importancia (recompensas, resultados o logros). Los adultos ven la significancia e importancia de tener una buena educación, pero en muchos casos no basta decir al niño: "No vas a llegar a ningún lado sin una buena educación." Los padres quieren decir que si el niño no se educa bien, le será más difícil conseguir un empleo, o si lo tiene, no lo van a ascender, y como resultado, no podrá comprar las cosas que desea. Sin embargo, en el momento, el joven no quiere todas esas cosas. Puede conseguir un empleo cuyo sueldo le baste. No le importa el futuro ni el seguro social. La idea de "llegar a algún lado" no significa nada para él. Las consecuencias están demasiado lejanas en el futuro y son demasiado abstractas para él. Con una pequeña cantidad en el bolsillo, le basta, y para ello no necesita mucha educación.

Así pues, ¿por qué debe el niño estudiar decimales en el quinto y sexto grados? ¿De qué le sirve conocer la historia de América? ¿Por qué es tan importante saber deletrear? Se le pueden proporcionar actividades realistas que le demuestren por qué dichos instrumentos son importantes. Conforme el niño aprende cosas nuevas en la escuela, se le debe alentar a que utilice esos conocimientos en casa. Si lo animan, puede comprender la utilidad del aprendizaje. ¿Por qué no permitirle que ponga en práctica su conocimiento de los decimales en la cuenta bancaria de la familia? ¿Por qué no dejarle notas a un niño de siete años, con respecto a una llamada telefónica, tal y como se haría con un adulto? ¿Por qué no darle oportunidad de escribir cartas de negocios de la familia u otro tipo de misivas además de las que se envían a parientes? En una situación familiar hay muchas actividades que pueden demostrar, de una manera concreta, la utilidad e importancia de lo aprendido en la escuela. La forma en que se pueden aplicar estos conocimientos ha sido demostrada por una madre que lleva a su hijo al banco y le permite entrar solo y pagar las cuentas. Cuando regresa con el cambio exacto y le explica correctamente la operación aritmética, ella le da 15 centavos de dicho cambio. Este niño nunca preguntará por qué debe estudiar aritmética. Ya lo sabe. A su hermana menor le permiten cocinar y cuando se trata de reducir o aumentar la receta, la madre no interfiere en los cálculos. Por experiencia, también esta niña sabe por qué es importante la aritmética.

También es necesario que el niño se dé cuenta de la importancia que tienen las cosas aprendidas en casa. Cocinar, lavar el automóvil, coser y reparar los aparatos domésticos, son cosas que tenemos que hacer siempre. Si permitimos que el niño practique todas estas cosas a temprana edad, con la ayuda de los padres, que lo instruyen en su ejecución, podrá no solamente realizar estas tareas después, sino asimismo aprender algo productivo ahora.

Como un aprendizaje semejante es recompensante por sí mismo, hay que usar este conocimiento como un medio de calmar nuestra impaciencia. Los padres deben aprender a tolerar la inconveniencia que representa permitir a un niño hacer algunas cosas importantes. En algunas actividades, los errores son fáciles de tolerar y las recompensas se brindan asimismo fácilmente porque tanto los padres como el niño saben lo importante que es aprender las actividades. Otras actividades son obvia y literalmente los juegos del niño. Esta distinción debe tenerse en mente cuando se trate de elegir y de sugerir actividades para los niños. El juego del niño, por supuesto, es necesario incluso para los adultos, pero como éstos saben bien, soportar continuamente al niño con sus juegos, es aburrido y hasta insultante. Los niños piensan igual. Para un niño de un año, todas las actividades tienen cierto interés y valor, pero al crecer, la distinción entre juego y trabajo se vuelve más clara e importante. Para una criatura de cinco años, jugar con su padre es una gran cosa, pero un muchacho de diez a doce años quiere conocer la importancia o la razón para hacer tareas o jugar, lo cual puede explicar una queja de los padres: "Siempre quiere saber qué gana con ello —es tan egoísta."

No siempre se trata de la recompensa *concreta* por lo que el niño actúa tan egoístamente. Muchas veces su pregunta tiene connotaciones más generales. ¿Qué es lo que gana cualquier persona con ello? ¿Qué importancia puede tener esta actividad para alguien? ¿Qué respeto de los demás se va a obtener al hacer esto? ¿Qué sentimiento de realización?

Muchas de las cosas que hay que hacer en la vida son desagradables y viles. Estas actividades pueden ser muy aburridas y parecer que tienen poca importancia. Tampoco se obtiene respeto haciéndolas. Es posible que no se produzca ningún resultado del cual enorgullecerse. Cuando los padres ordenan al niño hacer una de estas cosas, se necesita una gran dosis de aliento para que el niño comprenda que es algo que vale la pena. Así pues, su pregunta: "¿Por qué debo hacer esto?", es importante porque demuestra que necesita de aprecio para hacerlo. En las actividades que no son muy importantes, cuenta con nuestro apoyo. Sus preguntas acerca de tareas desagradables es una señal que hay que aprovechar para alentarlo a hacerlas y encomiarlo por ello.

Definiciones para la acción

Para saber cuándo dar una recompensa como consecuencia de una conducta determinada es necesario disponer de una descripción clara de la conducta de manera que podamos reconocerla cuando la veamos. Por ejemplo, podríamos hacer una apuesta acerca de cuál entre dos niños compartirá benévolamente sus juguetes con un extraño, pero ¿cómo decidiremos cuáles son las condiciones que determinan a un ganador? Se necesita una definición más precisa de lo que es el verbo compartir. Apostar a la conducta de un caballo durante una carrera, es fácil porque todo el mundo está de acuerdo en la definición conductística de un ganador, pero apostar a la conducta de un niño cuyas actividades son muy diferentes de las de un caballo, puede ser un problema difícil.

Se debe establecer una definición concreta y objetiva de "compartir", así como algunas acciones observables en las que se esté de acuerdo, para evitar un desacuerdo entre los apostadores. De otra manera, existe un margen muy amplio para la mala interpretación; los apostadores no sabrán cómo reaccionar. Es probable que se pudiera decidir que si un niño ofrece uno de sus juguetes o permite que otro niño lo coja, esta acción sea llamada "compartir". Para el propósito de la apuesta no es necesario saber por qué el niño comparte uno de sus juguetes. Puede que lo haga porque alguien lo está observando, o por "razones torcidas" (ostentar ante otro niño una de sus posesiones, por ejemplo). Obviamente, las características del acercamiento del niño a la situación, no se toman en cuenta con esta definición, pero hace hincapié en el nivel de descripción conductística que es necesario para hacer que dos personas concuerden en lo que está haciendo una tercera. De esta manera, si los padres desean estar de acuerdo y presentar un frente unido por medio de una reacción pronta y consistente a una conducta determinada, necesitarán echar mano de este tipo de descripción conductística.

Las definiciones conductísticas ayudan a los padres a concordar cuándo hay que recompensar al niño. Esta decisión es importante. Si ellos ya se han puesto de acuerdo acerca de lo que es una buena conducta, entonces, esta circunstancia constituye una señal para otorgar la recompensa. De esta manera, la definición conductística ayuda a planear la cronolgía de las recompensas. Actúa a manera de marcador para dar o retenerlas.

Para los propósitos de la apuesta, la definición conductística de compartir, es la de un niño que ofrece o permite a otro que coja uno de sus juguetes. El acto de compartir sería la señal para recompensarlo con atención y aprobación social. El acto contrario, o sea el de arrebatarle el juguete o no permitirle que lo coja, sería la señal para no darle esa atención y aprobación social. La tentación de corregir o reprimir al niño por este error merece ser considerada cuidadosamente. Si se le reprime, recibirá atención social. Pudiera ser que, como en el caso del berrinche, cualquier atención social constituya una recompensa; así pues, no podemos darnos el lujo de las reprimendas. La definición conductística nos ayudará a reglamentar nuestras reacciones. Nos dará la pauta.

Además de aclarar las cosas a los padres, una regla acerca de una conducta claramente definida permitirá que el niño comprenda rápidamente lo que va a hacer y por qué lo va a hacer. A más de esto, la consistencia de la reacción paterna debe ser muy clara. El niño se puede confundir cuando la conducta o la reacción son demasiado vagas y variables. Las pequeñas pláticas no clarificarán este problema; sólo una práctica consistente y repetida, con reglas razonables y expuestas con precisión, tendrá un efecto duradero.

De hecho, no siempre es esencial señalar verbalmente todos los porqués y los porqués en relación con los resultados de la conducta del niño; nadie comprende esto por completo. Si el niño solicita más explicación de la que le hemos dado, entonces habrá que dársela en la medida de lo posible. Pero lo que es importante para aprender y producir una conducta confiable y deseable, es una relación consistente entre los eventos mismos. Cuando aprendemos a conducir un automóvil, no necesitamos entender el mecanismo del motor. Mientras que el acelerador, los frenos, el volante y la llave del encendido den lugar al funcionamiento del vehículo podemos aprender a conducirlo de una forma segura. No es necesario contar con el entendimiento de un ingeniero o el discernimiento de un mecánico. Lo que es esencial para aprender a conducir el automóvil es que éste reaccione bien. De la misma manera, un niño obtiene experiencia a través de un conjunto confiable de reglas sin conocer todos los mecanismos que dan lugar a una conducta determinada, la cual produce un resultado asimismo determinado, y la mayoría de las conductas se aprenden sin necesidad de entender por completo los mecanismos por los que son efectivas.

Para una escuela de manejo de automóviles, sería una pérdida de tiempo dar un curso sobre máquinas de combustión interna, y asimismo lo sería decir a un niño constantemente por qué debe lavarse las manos antes de comer. La explicación larga y repetida incluso puede constituir una atención recompensadora a las manos sucias. Parte del aprendizaje debe seguir adelante sin tener que repetir la explicación. La comprensión de los mecanismos tendrá que esperar. E. R. Guthrie y G. P. Horton hicieron un estudio en relación con esta comprensión de los mecanismos, básica para la historia del conductismo.

En sus experimentos, se colocó un gato en una caja de problemas. Como nos lo pueden decir la mayoría de dueños de gatos, no es una característica de este animal el sentirse contento cuando se le confina a un lugar estrecho. En el centro de la caja había una palanca, la cual, al ser empujada por el gato, abría una puerta, permitiéndole la salida. Pero como el gato no lo sabía, ensayó varios tipos de actividades que pudieran resolver su encarcelamiento. Maulló, chilló, arañó las paredes de la caja; actividades que no tenían nada que ver con la presión de la palanca, y no logró escapar. Eventualmente, al moverse de un lado para otro, accionó por accidente la palanca y obtuvo la libertad. El descubrimiento del animal no constituyó un discernimiento mayor de lo que pudiera ser el uso que por vez primera hace un niño de la perilla de una puerta. Fue un accidente. Sin embargo, una conducta determinada da lugar a una consecuencia determinada, y la probabilidad de que esa conducta ocurriera de nuevo era mayor porque fue capaz de obtener un resultado deseado. En la mayoría de las ocasiones, el gato abrió el pestillo al frotar la palanca de la misma forma en que sus congéneres se frotan en las piernas de una persona. El animal no había "aprendido" que la palanca estaba enganchada a un resorte que hacía funcionar un pestillo que se corría, con la consiguiente apertura de la puerta. No sabía nada acerca de ingeniería mecánica. Más bien, aprendió a colocarse en cierto sitio, a empujar la palanca y obtener por este medio su libertad. ¿Es necesario hablar acerca de lo que sucedía dentro del gato para describir el proceso? ¿"Entendió" el funcionamiento de la caja? Obviamente, la respuesta a esta pregunta es "NO", y con todo, se puede describir con facilidad lo que hizo y por qué.

La mayor parte de las conductas cotidianas aprendidas por los seres humanos, lo son a través de procesos semejantes al que acabamos de describir. La mayoría de la gente no comprende los sucesos que se originan cuando da vuelta a la llave del encendido de su coche. A semejanza del gato, sólo entiende que ciertas actividades producen ciertos resultados. ¿No basta eso a veces?

Actos de equilibrio

El proceso de especificar las conductas y consecuencias y de cambiar éstas, es el desarrollo de la estrategia. La palabra "estrategia", al principio puede implicar un poco demasiado batallar, un poco demasiado confrontación e incluso planeamiento. En la rebelión infantil hay un poco de todo esto. Lo importante es que dediquemos algo de tiempo cada semana, a un planeamiento de rutina consciente.

Consideremos la cantidad de tiempo y energía que los niños dedican a imaginarse cómo realizar *sus* objetivos. Cuando los padres descuidan el planeamiento, un niño puede vencer en cada asalto. Lo común de esta situación se hizo evidente cuando a los padres de un grupo de entrenamiento se les pidió que dedicaran de quince a treinta minutos a la semana a una sesión de estrategia. A la mayoría le fue difícil disponer de este tiempo, con todo y su exigüidad. Por otra parte, sus hijos, que no contaban con tareas ni responsabilidades domésticas, siguieron dedicando gran parte de su tiempo a la formulación de nuevos métodos e ideas para enfrentarse a sus padres.

Esto no significa que todos los niños sean pequeños demonios intrigantes, pero constantemente experimentan con sus situaciones familiares. Si los padres de un muchacho de quince años se preguntan por qué parecen haber perdido el control de su hijo, podrían considerar las innumerables horas que éste ha pasado luchando con el ajuste de su posición en la familia, comparadas con el número de horas que ellos dedicaron a elaborar algunos planes para que se produjera un cambio. La mayoría de los "niños descarriados" no es que hayan tomado malas decisiones que dieron lugar a procedimientos asimismo malos, sino que han hecho muy pocos esfuerzos conscientes para alcanzar *cualquier decisión objetiva,* la cual, a su vez, produjo malos procedimientos.

De esta manera, la sesión de estrategia es una necesidad. Permite que los padres se reagrupen, se comprometan y se pongan de acuerdo dentro de un frente unido. Garantiza que las consecuencias serán consistentes y que se aplicarán inmediatamente. No necesita ser secreta. En casi todos los casos, es beneficioso informar a los niños, de una forma natural, de los resultados de la sesión de estrategia. Si ésta funciona sólo mientras los niños no se enteran de ella, entonces se trata de algo poco probo y probablemente irreal, ya que los niños lo descubrirán de cualquier manera.

Las preguntas que se deben discutir en las sesiones de estrategia, son: ¿Qué es lo que está mal? (quejas); ¿Qué tenemos ahora y qué deseamos tener? (definiciones); ¿Qué sucede usualmente luego y qué se podría utilizar a manera de incentivo? (consecuencias); una pregunta final, ¿cómo podemos proponer la práctica?, se discutirá en el capítulo VI.

Quejas. Vale la pena escribir una queja de tal manera que se pueda relacionar con una característica comprensible y específica del niño. También es conveniente exponer por qué, según nuestro punto de vista, la conducta debe cambiar. Anotemos las razones. Asimismo enumeremos otras cosas buenas y malas de este niño.

Desviar nuestra atención por un momento hacia otras conductas es útil para decidir qué tan importante es nuestra queja en relación con la conducta general que muestra. Cuando se considera este punto de vista, puede ser que la queja no llegue hasta el problema. De ser así, tendremos que eliminarla.

Nuestra queja puede ser demasiado trivial como para preocuparnos. La conducta no tiene que ser el problema más importante y que amerite atención, pero quizás tampoco se le da la atención debida. Si esto es así, no consideremos el ejercicio como una pérdida de tiempo. De esta decisión debe originarse alguna acción positiva, ya que no nos preocuparemos más con un problema, el cual, según lo hemos decidido, es demasiado fútil para causar preocupación. Evitemos la próxima corrección, la siguiente reprimenda a esa conducta, pues ya hemos decidido que no tiene importancia. Al poner en práctica esta decisión, dispondremos de otra ventaja: la conducta nos causará menos agitación, porque hemos decidido que no es lo bastante importante como para preocuparnos. La familia será más feliz al tener menos quejas. Nuestra decisión de que ya no es importante el que el niño se tome el resto de leche que hay en el vaso, por lo que se ignorará, hace que la comida sea más agradable para todos.

No obstante, supongamos que la queja no es trivial y que necesitamos hacer algo al respecto.

Definiciones. El punto principal y más importante es el de enfocar sobre las conductas, aquellas actividades particulares que parecen revestir cierto interés. Las actividades son de interés ya sea porque son cosas malas que ocurren o porque son cosas buenas que no ocurren. Por ejemplo, los padres se pueden quejar de que el niño no es limpio. La limpieza no es algo que ocurra de una manera discreta. Uno no puede señalar exactamente cuándo el niño es limpio y cuándo no lo es; la pulcritud es una característica general, por lo que será difícil determinar la ocasión en que las consecuencias se deban dar o retener. Se necesita dar un paso desde la queja hasta la definición conductística: no se peina, no recoge sus juguetes ni su ropa, no se ata las cintas de los zapatos. O, si el problema es que el niño es petulante, ostentoso o agresivo, la definición podría ser: cuando se le corrige hace una observación punzante; habla estentóreamente durante las comidas; o golpea a otros niños. De hecho, ¿qué es lo que hace que no nos gusta? Esta aclaración hará que sea mucho más fácil empezar un análisis de lo que ocurre en seguida que el niño actúa de esas maneras.

Las definiciones conductísticas tienen tres objetivos: *1)* exponer la naturaleza específica del problema, *2)* ayudar a especificar la naturaleza de las consecuencias y *3)* orientar la búsqueda de la conducta más simple que se pueda recompensar primero. El niño debe ser capaz de desarrollar la conducta con facilidad. Este nivel de conducta debe estar lo suficientemente acendrado para garantizar que habrá muchas oportunidades de recompensa el primer día que se utilice la regla. La selección de este nivel se debe hacer con todo cuidado. Se trata de algo muy importante. Si la primera conducta no es fácil ni simple, habrá muy pocas oportunidades de recompensa y no se habrá puesto a prueba el sistema.

Es tentador establecer una "exigencia razonable" de actuación. La dificultad de tal exigencia estriba en que indica lo que los padres creen que debiera ser el niño. De interés primario es el nivel conductístico que toma en cuenta el nivel actual del niño. Una vez que las cosas marchan bien, nos podemos preocupar acerca de los pasos sucesivos que hay que dar para conducirlo a donde debiera estar.

Para usar las consecuencias para obtener conductas, hay que elaborar un inicio recompensando algo que *ya* se ha realizado. Las esperanzas en el futuro no se pueden recompensar; sólo pueden sugerir cuál es la conducta actual que hay que

reforzar para encaminarnos. Las conductas que hemos planeado no están aquí, y no podemos esperar que ocurran accidentalmente. Es imposible esperar que las cosas mejoren; debemos empezar a recompensar lo que ya tenemos. Así pues, decidámonos a recompensar alguna conducta el primer día. La exposición correcta del principio es: "Al dar recompensas, queremos reforzar una conducta." También es cierto el reverso de esta exposición, pero hace un énfasis equivocado en los primeros pasos: "Queremos reforzar una conducta al dar recompensas." Primeramente se otorga una recompensa por una conducta esperada y luego, después de la práctica, un cambio, un reforzamiento, de la conducta. Una vez que una conducta determinada ha sido reforzada de esta forma, se pueden recompensar los pequeños pasos dados en la dirección justa. Por ejemplo, si nuestro hijo se presenta en casa con una nota reprobada, nos vemos tentados a hacerle ver los errores que cometió. Aunque este es el objetivo fundamental, garantiza que la frecuencia de las primeras recompensas será muy baja y la frecuencia de los primeros errores, muy alta. Primeramente, pidamos al niño que nos exponga sus conocimientos (de dos semanas atrás), los cuales estamos seguros que sabe. Hagámosle ver con orgullo y aliento sus triunfos. En seguida pasemos a los más recientes (en los que ha reprobado), empezando naturalmente, con los que estamos seguros que sabe para luego intercalarle los difíciles. Podemos confiar en que la conducta rendirá desde el principio.

Otro ejemplo de empezar con conocimientos acendrados, implica el extremado problema conductístico en la escuela. El estudiante, frecuentemente se trata de un chico, no puede estarse quieto y prestar atención a su trabajo, o no meterse en dificultades con sus condiscípulos. La promesa de una consecuencia lejana (títulos, amenazas de fracaso), no obra ningún efecto sobre él. En vista de la discusión anterior, se puede enfocar algún aspecto de este problema general utilizando una definición conductística precisa, tratando de imbuirle que permanezca sentado en su pupitre, en seguida que preste atención, y luego, que no se meta en dificultades. Sin embargo, estas conductas parece ser que están tan interrelacionadas que se deben tratar todas al mismo tiempo. Cuando la situación es ésta, consideremos la reducción del primer nivel de recompensa. Concentrémonos en las tres conductas a la vez, pero sólo durante un breve período. Exijamos cambios inmediatos: se debe sentar en su pupitre, estarse quieto y prestar atención, pero hay que tener cuidado en otorgar la recompensa después de un período muy corto.

La cantidad total de buena conducta exigida, se reduce en el sentido de que hemos pedido que toda ella dure solamente poco tiempo, en vez de que una parte de ella dure mucho. Como a los padres nos es difícil recompensar inmediatamente las conductas observadas en el aula, un sistema muy útil es la llamada economía de fichas, por medio de la cual una buena conducta se recompensa inmediatamente con una ficha de plástico o un billete, los cuales, el estudiante puede cambiar posteriormente por una recompensa previamente determinada (y mutuamente entendida), tal como tiempo extra de juego o algún otro privilegio. En esta situación particular, el sistema se podría explicar al muchacho de esta manera: "Si permaneces sentado en tu pupitre y trabajas durante los primeros diez minutos de la clase, el profesor te dará un billete firmado por tu madre para que se te permita jugar fuera durante media hora una vez que hayas regresado a casa." Esa es toda la oportunidad que el niño tiene de jugar fuera la primera semana; el resto del tiempo permanece adentro. Durante la segunda semana son dos los billetes, cada uno por diez minutos de trabajo. Cuando los billetes llegan a un número máximo (digamos cuatro, si usualmente se le conceden dos horas de juego callejero), entonces podemos empezar a aumentar el "precio" del billete. Ahora, obtiene dos horas de juego por cada cuarenta minutos de trabajo en la clase (cuatro billetes). El siguiente paso requiere quince minutos de trabajo por cada billete, de tal manera que el requerimiento total de trabajo aumenta a una hora. Como no queremos agobiar al profesor con esta situación, y como tampoco deseamos que el niño reciba una gran dosis de atención personal por su buena o mala conducta, se le

debe pedir al maestro que no mencione el asunto en la clase. Simplemente obtiene o no obtiene la tarjeta. No debe haber discusiones, ni explicaciones repetidas ni amenazas.

Existen tres puntos en los que se debe tener cautela. Primeramente, el profesor debe ser consistente y tener en mente una definición conductística de lo que son diez minutos de "trabajo". En segundo lugar, la madre también debe jugar el juego estrictamente. Por último el niño debe entender desde el principio, que las reglas irán cambiando en el transcurso del tiempo.

En algunos casos, es posible que tengamos que hacernos otra pregunta acerca de nuestra definición conductística: "¿Se trata de una conducta que quiero cambiar, o en realidad se trata de hablar acerca de ella?"

Es fácil para un padre preocuparse por lo que un niño o adolescente *dice* que va a hacer. En realidad, debería preocuparse por lo que *hace*. Consideremos, por ejemplo, a un niño que continuamente hace observaciones groseras acerca de su profesor. Este tipo de observaciones siempre provoca una buena reprimenda de parte de sus padres y le proporciona un enfrentamiento con ellos que le excita y entretiene. Por supuesto que en la escuela no tiene intención de decir semejantes cosas; sólo las dice en casa para procurarse reacciones airadas. Si los padres desean cambiar esta conducta porque es molesta, hay una forma obvia de hacerlo: ignorarla o comentarla de una manera calmada y natural sin presentar pelea. Sin embargo, si el niño realmente hace este tipo de observaciones contra su maestro en la escuela, los padres quieren cambiar esa conducta escolar. No deben distraerse de su cometido por una conducta verbal en casa.

Los padres a menudo pierden tiempo y esfuerzo para hacer que sus hijos se pongan de acuerdo con ellos, esto es, para que *digan* que están de acuerdo. Esta situación usualmente es desagradable para todos, y el mencionado esfuerzo mejor se debería aplicar en la organización de las consecuencias a buenas y malas conductas en vez de hablar acerca de un acuerdo. Naturalmente, hay que tener pláticas con nuestros hijos, pero no nos arruinemos la vida tratando de cambiar una conducta verbal (la forma en que habla acerca de esto y lo otro). Quizás, nuestra verdadera preocupación debería ser la forma en que actúa y no la forma en que habla acerca de la conducta. No tiene ningún sentido discutir con un niño para que diga que tratará de estudiar más. La discusión reemplaza al planeamiento de un cambio, y los padres necesitamos de ese tiempo y energía para realizar éste, por medio del cual podemos proporcionarle al niño una razón para que estudie más.

4

Enfrentamiento de las consecuencias

Cuando buscamos consecuencias que aplicar, a veces es una buena idea preguntar cuál sería la consecuencia a una conducta si el niño fuera un adulto. Por ejemplo, si el niño continuamente interrumpe la comida con comentarios impropios dichos en voz alta y risas, podríamos preguntarnos: "¿Qué haríamos si se tratara de un adulto el que hace dichos comentarios, una visita, por ejemplo, el tío Jorge?" Primeramente trataríamos de cambiar el tema y calmarlo hablando de algo que le interesara. Si eso no funcionara, probablemente se lo haríamos ver, y si esto tampoco diera resultado, probablemente ya no toleraríamos su proceder. Tendría que irse a comer a otro sitio. Posiblemente habría que tratar de la misma manera a un niño. Podríamos empezar tratando de cambiar el tópico de la conversación por uno que interesara al niño. Si eso no funcionara, durante una temporada se le haría comer antes o después de sus padres y posteriormente se le daría otra oportunidad de volver a comer con ellos.

Otro método útil para la búsqueda de las consecuencias es el de preguntarnos: "Si el niño no estuviera participando de esta mala conducta, ¿cuál debería adoptar y qué sucedería si la adoptara? Frecuentemente hay mala conducta porque no se sugiere otro tipo de ella que sea *particularmente* bueno, ni hay incentivos para ella. Cuando el padre se sienta a la mesa cuenta todo lo que le pasó en su día de trabajo, mientras que la madre hace lo mismo en cuanto a sus actividades domésticas y sus vecinos. La conversación de los dos es matizada constantemente con un continuo "siéntate bien", "cómete los guisantes", "no derrames la leche", "tómatela", etcétera. ¿De qué manera obtiene el niño la parte de atención que le corresponde en esta conversación adulta de la hora de la comida? Actuando mal. ¿Qué atención le prestarían si no participara en esta mala conducta? Ninguna. Por supuesto que la conversación en la mesa debería hacerse parcialmente al nivel del niño. Asimismo, le deberían prestar atención lo mismo en las malas conductas que en las buenas.

La atención también sería la consecuencia para el niño cuya conducta se vuelve un problema durante las pausas escolares. Este problema se mantiene no sólo porque se presta atención a la mala conducta sino porque no se da ninguna atención a la buena. Uno podría decir que el niño no sabe lo suficiente como para entretenerse en esas pausas, pero posiblemente es más exacto decir que las oportunidades para portarse bien no son bastante obvias para él. No se puede esperar que sepa qué hacer. Con su falta de práctica, no tiene ninguna razón para esperar beneficios de actividades valiosas, y las pocas veces que lo ha intentado, no obtuvo recompensa. En este caso, es la falta de consecuencias a la buena conducta, lo que produjo el problema, además de producir un apoyo al mal comportamiento. Existen naturalmente otros factores tales como la atención y apoyo que los compañeros dan a la mala conducta, pero estos aspectos del salón de clases no pueden cambiar. Por lo tanto, es mejor volver a examinar la oportunidad que hay para que se produzcan otras conductas con sus lógicas recompensas. Si alabamos con más frecuencia el trabajo que el niño desempeña en la escuela, le ayudaríamos a visualizar las formas apropiadas para obtener atención, cosa que disminuiría en él su hambre de ella.

Algo sacado de la nada

Muy a menudo, el acercamiento conductístico trata con cosas de las que nos quisiéramos librar. La mayoría de las

quejas de los padres son acerca de conductas que desearían que no existiesen. Sin embargo, no son tan comunes las quejas en relación con conductas buenas que no existen. Es fácil quejarse de que el niño permanece en su habitación todo el día, pero cuando sale de ella, ¿qué le espera? ¿Qué consecuencia ocurrirá y por qué conducta? En muchos casos, esta pregunta no puede obtener una respuesta precisa. Se debe hacer un esfuerzo por crear incentivos y oportunidades para las conductas que se suscitan fuera de la habitación del niño.

Tengamos cuidado cuando tratemos de arreglar las consecuencias a "conductas inexistentes". Asimismo, hay que ser cautos cuando utilicemos reglas que recen: "Si no haces esto y aquello (ver la televisión, pisar las flores del jardín, etc.), te daré una recompensa." Una conducta inexistente no ocurre en una ocasión en particular, de manera que el recompensarla será más bien arbitrario. La regla de la "conducta inexistente" no especifica una ocasión *obvia* de recompensa. Tampoco especifica lo que *debería* hacer el niño. Sería mejor usar una regla positiva. Por ejemplo, cuando se trate de un niño que es demasiado posesivo y que no quiere compartir sus cosas, puede ser pertinente que comprendamos que cuando rehúsa compartirlas recibe más atención que cuando se muestra generoso. Si no actuara de una forma posesiva cuando tuviere visitas, ¿cómo se le recompensaría? Aceptemos esta respuesta como una regla acerca de la conducta real y no como una regla acerca de una no existente, o sea una "no conducta".

La queja de que el niño ve demasiada televisión, implica el mismo problema. Usualmente no se ha sugerido una alternativa. Ciertamente, no se ha preparado ninguna consecuencia para tal evento. La mayoría de los padres se resentirían si mantuvieran al niño ocupado o lejos de la televisión. Construir una nueva situación para cambiar algunos de esos problemas, implica algo más que meramente cambiar las consecuencias. Presupone descubrir nuevas conductas que serán recompensadas.

¿Significa esto que debamos salir y comprar juguetes más grandes y caros? Probablemente no. La mayoría de los padres ha descubierto que los juguetes nuevos constituyen una distracción muy temporal.

Al principio del capítulo 3 se discutió la selección de conductas significativas. Apliquemos este principio cuando busquemos alternativas a las malas conductas. Busquemos algo útil para que haga el niño —en este caso incluso tareas desagradables. Limpiar, encerar, poner la mesa, preparar las decoraciones para su propia fiesta, escribir cartas, limpiar su habitación, hacer la lista de las compras o barrer. "¡Pero no lo va a hacer bien!", solemos decir: "¡Hará una porquería!" Por supuesto que casi siempre, la única manera de que las cosas resulten bien es hacerlas uno mismo. Sin embargo, el propósito de que sea el niño quien lo haga, es alejarlo de la TV o sacarlo de su habitación. No se trata de que lo haga bien sino de que obtenga práctica al hacer algo útil. No hay que olvidar que debemos planear las consecuencias, para lo cual tendremos que sacrificar nuestro tiempo y atención positiva o alguna recompensa concreta.

Incentivos sociales

El hincapié en las consecuencias no significa que debamos llevar siempre con nosotros una bolsa de dulces o de dinero para tener alineados a nuestros hijos. Las recompensas sociales de aprecio, alabanza y aliento, son muy eficaces. No obstante, la mayoría de los padres no se apegan a la regla de la recompensa cuando utilizan recompensas sociales. Hay que tener cuidado acerca de las recompensas sociales que se brindan equivocada o inoportunamente. No hay que planear todas las reacciones ante nuestros hijos, pero sí algunas de ellas. Una madre que reacciona con cualquier tosecita o queja física de su hijo en los días que siguen a una enfermedad, apoya una conducta determinada, de la misma manera que lo hace cuando le da palmaditas en la cabeza como señal de aprobación por haber hecho su cama. Las recompensas sociales son tan fáciles de dar que se usan de forma muy imprudente —a veces no se otorgan cuando más se necesitan, y otras tantas se dan equivocadamente. Así pues, los apoyos, alientos y acuerdos que manifestamos, merecen a veces un examen detenido. No podemos reglamentarnos a tal grado de observar el más mínimo movimiento o palabra cuando estamos con nuestros hijos, y cualquier persona que lo hiciera incurriría en una situación temible e inhumana, pero cuando consideremos una conducta específica de nuestro hijo, debemos considerar siempre el papel que desempeña nuestra atención, para bien o para mal.

Los adultos sofisticados brindan atención y aprobación sociales de formas muy sutiles. Mueven la cabeza o alzan una ceja, o bien, dicen frases como: "Yo lo haría así", o "¿Es cierto eso?" Los adultos han tenido mucha práctica utilizando y escuchando semejantes sutilezas, por lo que reaccionan ante ellas y aprenden de ellas. Al crecer el niño, aprende el valor de esas cosas y de la información que brindan. El niño pequeño todavía no aprende la lección. Cerciorémonos de que nuestra sofisticación no interfiere cuando tratamos de apoyar a un pequeño que acaba de actuar bien. Seamos francos y directos cuando nos guste lo que ha hecho. Digámoslo llanamente: "Sí, está bien. Eso es lo que me gusta que hagas." Manifestémoslo en alta voz y con sencillez; que se dé cuenta de que decimos la verdad.

Etiqueta de precio de la conducta

Algunas conductas se han vuelto tan habituales y sus soluciones tan complejas que habrá que seleccionar otras recompensas menos naturales para los pequeños progresos; pero, debemos estar seguros de que queremos aplicar esas consecuencias. Por ejemplo, para mejorar la costumbre de estudiar en casa, podríamos hacer una consecuencia de la cantidad semanal que damos a nuestro hijo. ¿Estamos preparados para no darle nada si no obtiene buenas notas? Es probable que en el ínterin cedamos y le demos una cantidad mínima de dinero. En el otro extremo, probablemente no estemos preparados para concederle cualquier cantidad de dinero que repentinamente pueda ganar en una explosión de actividad. Así pues, será mejor fijar los límites desde el principio —digamos, un mínimo de 25 centavos y un máximo de 75, o lo que creamos conveniente. De esta manera podemos garantizar a nuestro hijo un mínimo diciéndole: "Tendrás tus 25 centavos, pero podrías tener hasta 75 si hicieras tus tareas. Por cada página que estudies, te aumentaré 5 centavos, hasta llegar a los 75."

Con esta estructura, no caeremos en la posición del ogro (no darle nada) por su mala conducta, y tampoco incurriremos en extravagancias irrazonables debidas a una explosión de actividad de parte del niño. Al transcurrir las semanas, podemos exigir más. Sólo hay que estar seguros de que los incrementos sean lo bastante pequeños. Recordemos que al principio no hay que exigir mucho ni tampoco aumentar dicha exigencia con rapidez. Si, de repente, exigimos medias horas u horas de trabajo, a un niño que no ha podido con 10 minutos durante varios meses, las frustraciones y la probabilidad de fracaso serán enormes.

Por otra parte, si empezamos exigiendo alguna conducta fácil en la que es casi seguro tener éxito, y si damos recompensas por ella, se puede progresar. Por ejemplo, se podría pedir la ejecución de una página de los deberes escolares antes de otorgar una recompensa tal como media hora de ver televisión o algo de dinero. En este caso, la recompensa es tan grande y la demanda tan pequeña, que la posibilidad de éxito es muy grande. En seguida, en una progresión predeterminada y anunciada, se pueden exigir más y más páginas antes de dar la recompensa. Cuando establezcamos esta regla, hay que tener cuidado de que los incrementos en las exigencias sean lo bastante pequeños como para permitir un aumento fácil en el esfuerzo del niño.

Asimismo debemos tener cuidado cuando seleccionemos esta recompensa "menos lógica", ya que no es uno de los beneficios naturales que pretendemos que el niño obtenga de tales conductas. Vendrán ocasiones en que habrá que retirar dichas recompensas, de tal manera que se dé énfasis continuamente a otras recompensas más sociales. No es necesario intentar la eliminación de dichas consecuencias sólo porque sean antinaturales; 50 centavos a la semana es un precio bajo que se paga por el mantenimiento de la conducta. Sin embargo, eventualmente, tendrán que bastar otras consecuencias más naturales. De esta manera, las conductas deben elegirse por su importancia y utilidad duraderas, esto es, por la probabilidad de que sean apoyadas por personas ajenas a la familia. Las actividades que otras personas apoyan y creen importantes son, con probabilidad, las mismas que nosotros apreciamos —lavar el automóvil, recortar el césped, pintar los muebles del jardín, cocinar en la parrilla que está en el jardín, comprar ropa, etc. Un niño pequeño, usualmente también quiere hacer esas cosas. Cuando permitamos a nuestros hijos el acceso a nuestra esfera de actividades, démosles comisiones agradables y desagradables. Si se trata de lavar el coche de la familia, hay que permitirle que use la manguera pero también que lave las ruedas.

Costo de la inconveniencia

Al principio, muchas consecuencias, particularmente las que se presentan a los niños mayores y a los adultos, pueden parecer triviales, pero cuando se ponen en práctica, su uso puede ser extremadamente eficaz. Por ejemplo, hacer que el padre ponga un centavo en el frasco que para ese uso se ha colocado en la cocina, cada vez que pierde su ecuanimidad, puede parecer un acto trivial porque él tiene muchos centavos, pero si se observa estrictamente la regla, la inconveniencia de tener que abandonar la mala conducta, conseguir un centavo y dirigirse a la cocina para depositarlo en el frasco, puede ser sumamente eficaz. No es el costo, tal como se mide en términos de dinero, sino el costo conductístico, el aspecto efectivo de esta consecuencia.

Este principio de la inconveniencia ha sido empleado por muchos psicólogos como estrategia para quitar o reducir la conducta del fumador. Por ejemplo, a muchos fumadores empedernidos se les ha pedido que lleven un registro exacto de su conducta cotidiana en el fumar. Estas personas llevan consigo una libreta y lápiz dondequiera que vayan para que anoten minuciosamente las veces que toman un cigarrillo y lo encienden, así como el tiempo que lo fuman. Algunos psicólogos también han pedido a esas personas, que reúnan las colillas para que las cuenten. Es posible que estas cosas no se consideren consecuencias directas como las que se han discutido en este libro, pero, de hecho, son consecuencias de un tipo más molesto. Hay veces en que el fumador está demasiado ocupado para fumar, si es que para hacerlo debe ejecutar la serie de tonterías antes descritas.

Otra estrategia para utilizar la inconveniencia como consecuencia, se empleó en el caso de un muchacho de diecinueve años que continuamente interrumpía a la familia con su manía de "revisar las cosas". Algunas noches, insistía en "revisar" más de 70 cosas antes de acostarse. Revisaba si la puerta trasera estaba cerrada. Bajaba al sótano para ver si la luz estaba apagada. Se cercioraba si su pluma estaba en su escritorio. Veía si los cajones de su armario estaban cerrados. Obviamente, algunas de estas revisiones eran pertinentes, pero otras no lo eran. Sin embargo, la situación se hizo ridícula cuando se empeñó en revisar la misma cosa cinco veces durante la misma velada.

Al principio se examinó su conducta del sueño con relación a la posibilidad de que su manía revisionaria fuera una conducta para llamar la atención. Se obtuvo algo al disminuir la atención de los padres a su conducta y dándole conversación antes de que se acostara. Sin embargo, la medida más efectiva fue la de pedirle que anotara qué es lo que revisaba cada vez que lo hacía, a qué hora, resultado de la revisión y posible resultado de lo que se hubiera dejado sin revisar. Este procedimiento implicaba tanta escritura y decisión que le fue casi imposible hacer las setenta revisiones de cada noche. De hecho, el solo trabajo de hacerlo, la inconveniencia de la tarea, redujeron la conducta a una frecuencia aceptable.

Los mismos principios de inconveniencia pueden actuar en contra del estratega cuando elabora su plan. Por ejemplo, en una buena conducta de trabajo doméstico puede influir la conveniencia con que se empieza. Si disponemos de un lugar ad hoc, de papel y lápiz y de calma, la probabilidad de que dicha conducta de trabajo se realice consistentemente es mayor que si hubiera circunstancias desfavorables tales como reunir los materiales a costa de tiempo y trabajo antes de dedicarse a la tarea. Esta rutina inconveniente puede ser una consecuencia que adquiere más control sobre la conducta que aquellas consecuencias que ocurren después de la ejecución.

Consulta de la lista en busca de consecuencias

Ahora pasamos a una serie de preguntas que hay que considerar antes de utilizar las diversas consecuencias en las que pensamos y descubrimos a través de nuestra observación y registros.

¿CONSTITUYE LA CONSECUENCIA UN ERROR DEFINITIVO? En la consecuencia definitiva, un padre utiliza una amenaza de largo alcance como resultado de una conducta actual. Usualmente, esta amenaza implica la eliminación de una experiencia placentera que se espera poder gozar en el futuro, pero dicha amenaza también se puede exponer de una manera positiva: "Si te portas bien, puede ser que te lleve al circo." De cualquier manera que se utilice la consecuencia, siempre tiene las mismas características desagradables: no se puede repetir, y hace que los padres sigan usando las amenazas, y continúen siendo desagradables y arbitrarios.

¿ES DEMASIADO SEVERA LA CONSECUENCIA? Hay que asegurarnos de que la elección que hagamos de una consecuencia no es una reacción a un caso de mala conducta. Queremos algo que se pueda usar una y otra vez. De hecho, la verdadera prueba vendrá después de que las cosas hayan sido establecidas. El rasgo principal del plan que nos ayude con esta prueba, será que hemos planeado recompensar las buenas conductas y castigar las malas. Por esta razón, no podemos hacer buenos planes cuando estamos todavía muy enfadados por el error más reciente de nuestro vástago. Cuando estamos enojados, solamente pensamos en su mala conducta y en los medios para castigarlo. Calmémonos. Miremos hacia todos los lados y recordemos que dar atención a una mala conducta no sirve de nada. Elijamos alguna consecuencia que se pueda usar con probidad y frecuencia. Además, cerciorémonos de que nuestro plan nos permite recompensar la buena conducta.

El retener toda gratificación es una consecuencia tan mala que nunca se usa. En tales casos, sin embargo, esta severidad es posible que no nos restrinja en el uso de la consecuencia, pero puede impedirnos que la utilicemos con bastante frecuencia como para hacer algún bien. A causa de esta situación tan seria, nos veremos atrapados en la antigua costumbre de esperar y amenazar sin jamás lograr nada más que ser pendencieros.

¿Es demasiado débil la consecuencia? ¿Qué podemos hacer si a nuestro hijo no le interesa la consecuencia? Posiblemente no nos estamos apegando en realidad a la regla, y a lo mejor, él no *tiene* por qué interesarse. Es posible que cuente con otra alternativa de recompensas: "Si no puedo ver la televisión, me salgo a la calle."

Puede ser que hayamos decidido que nuestra hija no puede tomar el postre hasta que se haya comido lo que queda en el plato. Sin embargo, esta medida será ineficaz si se le permite que tome un refrigerio mientras ve la televisión. Si no toma postre en la comida, se lo toma después. No es que sea malo conceder alternativas de recompensa, pero en este caso debilita la eficacia de la regla. Si eliminamos estas recompensas libres alternas y descubrimos que después de unos cuantos días nuestra hija todavía sigue "sin interesarse", examinemos cuidadosamente el nivel de actuación que requerimos. ¿Por qué no puede obtener fácilmente esa recompensa? Posiblemente le estamos exigiendo demasiado. Nuestra demanda puede ser razonable, pero quizás es mucho más de lo que estaba haciendo antes. En este caso, el paso puede ser demasiado grande. Estaba acostumbrada a picotear la comida y ahora le llenamos el plato y le decimos que no habrá postre mientras no termine. Recordemos que hay que empezar donde ella *está* y no donde deseamos que *estuviera.* Cerciorémonos de que estamos "por debajo de ella" en cuanto al número y tamaño de las porciones. La labor no se puede realizar permanentemente bien en un solo día.

Otra posibilidad puede ser la de que en realidad a ella no le interesan mucho los postres. De ser así, el postre no constituye una gran recompensa, por lo que son otras recompensas las que están apoyando la mala conducta. Consideremos una vez más la situación de la comida. Como señalamos al principio de este capítulo, los padres discuten lo que *les* pasó durante el día, matizando su conversación con observaciones adicionales como: "Cómete los guisantes", "deja de jugar con la comida" y "termínate la leche o no tendrás postre." La única atención que recibe el niño es por no comer. Si una mayor parte de la conversación se dedicara a asuntos que interesan al niño, tendría una oportunidad de hablar y asimismo de obtener otros tipos legítimos de atención.

¿Se pondrá celoso el hermanito? El razonamiento más natural de los hermanitos es: "Nos portaremos mal para que también nos den cosas a nosotros." En algunos casos, la recompensa puede ser algo que ya tienen, con lo que se acaba el problema, pero si se trata de algún incentivo nuevo que no tienen, entonces, en toda justicia, ellos también tienen que entrar al juego. No obstante, podemos necesitar de una conducta diferente para ellos. No se puede esperar que se mantengan aparte y que no lleguen a la conclusión antes dicha, pero podemos tener recompensas a sus buenas conductas desde el principio.

¿Me sentiré despiadado? No tenemos que sentirnos despiadados si planeamos recompensar un nivel existente de conducta. Si planeamos recompensar una conducta que sabemos que ocurrirá, no tendremos que despojar a nuestro hijo, sino sencillamente utilizar un conjunto de reglas más consistente. También será algo positivo alentar el esfuerzo y el éxito verbalmente en vez de hacer amenazas acerca de los resultados de los errores y del fracaso.

¿De cuántas reglas puedo disponer? Cuando poseemos el método para hacer reglas muy efectivas, nos vemos tentados a formular muchas de ellas. Sin embargo, hay que tener presente que las reglas que especifican una consecuencia, necesitan de mucho tiempo para realizarse y requieren de alguna responsabilidad de nuestra parte. Hay tantas cosas que cambiar y otras tantas que quisiéramos que aprendieran nuestros hijos, que es fácil caer en la trampa de introducir muchas reglas al mismo tiempo. Cuando se bombardea a un niño con muchas reglas, es incapaz de hacer las usuales diferenciaciones en cuanto a lo que es bueno y malo. Además, el padre se sorprende dando consecuencias a tantas cosas diferentes, que incluso él se confunde. Todo se vuelve tan cansado que en ambos lados ocurren muchos errores. Al acumularse éstos, los padres tienden a castigarlos y a olvidar las reglas de la recompensa positiva, las cuales se han vuelto demasiado numerosas como para poder manejarlas.

Si los padres de un niño se interesan tanto en que éste sólo haga lo que esté correcto en la mesa, pueden establecer tantas reglas que aseguran que hará algo mal. *Ellos* han llegado al punto en que esperan que el niño hará algo mal y están preparados para reprenderlo cuando esto ocurra. Por su parte, el niño también espera hacer algo mal, por lo que espera la reprimenda. Con todo esto, es difícil creer que se gozará de una cena agradable. Tantas reglas garantizan que los errores serán frecuentes y que la familia tendrá un rato desagradable. Si los padres pueden ser bastante pacientes para formular solamente una regla, de una manera positiva, de tal manera que el éxito se pueda recompensar, el niño la puede aprender, y posteriormente quizás pueda aprender otras. Gradualmente puede acumular todas aquellas conductas que ahora se le exigen a la vez. Los padres deben retroceder y solicitar una pequeña parte del todo deseado; recompensarlo y seguir construyendo sobre esa base.

¿De qué manera hay que formular la regla? Una vez que hemos establecido un pequeño conjunto de reglas, al cual sea fácil apegarse, debemos aprender a exponerlas como tales. Cuando una regla implica una consecuencia positiva, nos vemos tentados a urgir al niño a que las ejecute para poder recompensarlo. Decimos: "¿No quieres comer bien con tu cuchara?" Esta no es una declaración de la regla, de que habrá alabanza cuando se use la cuchara correctamente. Sólo se trata de un ruego del padre, que de hecho es atención por *no* usar la cuchara. Aprendamos a exponer las reglas bien: "Mientras sigas usando la cuchara, te puedes quedar con el helado."

Una vez que aprendamos a inhibir la conducta de regaño y urgencia, la siguiente trampa en la que podemos caer, es la de hacer saber al niño, de una forma no verbal, que está haciendo mal las cosas. Por ejemplo, el aparentar enojo y las miradas severas, son procedimientos paternos comunes que supuestamente sirven para decir al niño que está actuando mal, pero asimismo son índices de atención. Si el niño está equivocado, digámoselo; utilicemos la regla tal y como convinimos en hacerlo, o permanezcamos callados.

¿Pueden usar la regla de los hermanitos? A veces, los hermanitos quieren hacer el papel de los padres y se aplican mutuamente las reglas. Por ejemplo, si hemos establecido la regla de que un niño puede ver televisión durante diez minutos por cada minuto de estudiar el piano, entonces hay que considerar lo que hay que hacer cuando su hermana le dice: "Mejor te pones a estudiar el piano o no podrás ver la televisión cuando yo lo haga." Si la reprendemos a ella por meterse en lo que no le importa, probablemente reforcemos su conducta entrometida. Asimismo, daremos una atención indirecta al hermano, protegiéndolo cuando no ha estudiado.

Probablemente, la estrategia más efectiva es la de no hacer ningún comentario cuando la niña se meta con el hermano, pero la pregunta que con esto se suscita es: ¿Por qué ella puede ver toda la televisión que quiera, particularmente cuando demuestra semejantes inclinaciones de molestar a su hermano?

Es probable que la regla en este caso sea la de no interferir en las reacciones y relaciones entre los niños. Esta regla parece ser un buen razonamiento, porque en la mayoría de los casos la interferencia sería una clase de corrección y coacción sin ninguna consecuencia en particular. En esas circunstancias se podría hacer una excepción a la regla, pues la interferencia adopta la forma de un acicate social —recompensa— a una buena conducta social de parte de uno de los niños.

¿SE NECESITARÁ MUCHO TIEMPO PARA IMPLANTAR LA REGLA? Si nos damos cuenta de que tenemos que estar constantemente sobre el niño para que cumpla una cierta tarea o conducta, deberíamos volver a examinar la regla para descubrir qué tan específica es en sus requerimientos conductísticos. Por ejemplo, si la regla consiste en que el niño debe limpiar su cuarto los sábados por la mañana antes de salirse a jugar, es posible que lleguemos a la conclusión de que hay que estar presionándole porque el "limpiar el cuarto" no se ha definido específicamente, por lo que siempre estamos, él y nosotros, enzarzados en una discusión sobre si se satisficieron o no los requerimientos. Una solución sencilla es la de hacer una lista de las cosas que hay que hacer antes de que se pueda considerar el cuarto como "limpio", y colocarla en un lugar visible de la habitación del niño. Los puntos de dicha lista serían: poner la almohada en su lugar, recoger los juguetes, extender la colcha de una manera pareja. Por supuesto que, aun con esta lista, siempre habrá sitio para discusiones si el niño quiere armarlas. No obstante, la lista lleva a su mínima expresión las oportunidades de discusiones, disminuyendo de esta manera, las probabilidades de que se lleven a cabo.

¿HABRÁ DEMASIADAS DISCUSIONES? Es probable que algunas reglas provoquen un sinnúmero de molestias de parte del niño para que las rompamos o para que prestemos más atención al hecho de que él no las está cumpliendo. En este caso, sería conveniente escribirlas, no sólo con nuestras propias palabras sino con aquellas que vamos a utilizar cuando las expongamos al niño. Si la regla se le vuelve a exponer cada vez que empieza a molestar al respecto, la situación es más clara para él, la aprende con más rapidez, y el efecto de nuestra atención verbal disminuye porque todo lo que hacemos es citársela. No hay que refrenarnos en lo que respecta a hablar con él de otras cosas, pero cuando menciona lo de la regla, podemos evitar discutir con él al respecto.

Si nos sorprendemos utilizando embellecimientos verbales de la misma, en vez de exponerla escuetamente, nos podríamos preguntar: ¿Estoy discutiendo acerca de ella, porque cree que la romperé y que me daré por vencido? Si creemos que el niño ya la comprende, así como también las consecuencias especificadas, no tiene caso seguir una discusión de ella. Si no la entiende, un conjunto confuso de elaboraciones verbales no ayudará en nada, mientras que su reexposición podría ser útil.

¿ES DEMASIADO EXTREMOSA LA REGLA? A veces, los adultos se asustan tanto de que las cosas puedan írseles de la mano, y establecen reglas extremosas para asegurarse de que nunca pueda iniciarse una mala conducta. Por ejemplo, es algo común encontrar un maestro que no permita la más mínima conversación durante la clase —teme que si la permite, las cosas empeorarán y se producirá un ruido intolerable en el aula. No ha sido capaz de establecer una regla que dé por resultado una consecuencia para la mala conducta y que al mismo tiempo permita niveles de conducta más aceptables. La regla se vuelve un problema porque impide la práctica de un nivel tolerable de conducta. Este tipo de regla se ha usado con los retrasados mentales. Niños que deberían haber tenido mucha experiencia de conversación, eran sometidos a una regla que la prohibía por completo. El maestro temía que si los niños empezaban a hablar un poco, lo hicieran en demasía. Este es el resultado irónico de utilizar reglas extremosas para evitar conductas asimismo extremosas.

En un caso similar, a los niños no se les permitía hablar durante el almuerzo por miedo de que el ruido alcanzara un nivel intolerable en el comedor. Se estableció una regla que permitía conversar algo sin que existiera el peligro de que se produjera un caos. Dicha regla establecía que todos los días, en dos de las veinte mesas, se podía conversar. Resultó ser una regla muy artificial, pero cuando menos proporcionaba a los estudiantes cierta amplitud y algo de práctica en las conductas sociales.

La regla usual que los profesores ponen en práctica en los comedores, nunca se hubiera aplicado si hubieran tenido en mente el objetivo conductístico total de los niños. Por supuesto que querían que los niños estuvieran muy versados en conductas sociales y verbales y no habrían hecho nada que impidiera que se progresara en ese renglón. Una vez que este objetivo fue explícito, era obvio que habría que cambiar la regla del comedor. Así pues, es imprescindible tener en mente el objetivo conductístico total.

¿Cuándo tiene efecto la regla? ¿Existen circunstancias en las que la regla queda sin efecto? De ser así, esas excepciones deben incorporarse a la regla básica. Si no pensamos castigar a un niño por ruidoso cuando su padre no está en casa, pero pensamos hacerlo cuando éste sí se encuentra en casa, entonces habría que exponer en la regla lo referente a la presencia del padre. El niño puede aprender con más rapidez la diferenciación que, de hecho, le hemos impuesto. Así pues, si existe alguna diferenciación, lo mejor es declararla.

¿Se debe forzar al niño? A veces, la declaración que hacemos de la regla, puede implicar que el niño sea forzado a cumplirla si es que no quiere hacerlo voluntariamente. Cuando decimos a un niño pequeño: "Debes venir a casa a comer ahora mismo", le estamos dando a entender que si no lo hace, lo llevaremos por la fuerza. Si esta es nuestra intención, entonces el forzamiento de la conducta debe realizarse inmediatamente después de haber hecho una declaración completa de la regla. De otra manera, implicamos otra regla: "Debes venir a comer o te forzaré a hacerlo, aunque puedes retardar este

hecho escabulléndote o haciéndome desesperar durante un rato." Si nos apegamos a esta regla, entonces lógicamente debemos estar preparados para una renuencia del niño.

No obstante, hay otras reglas que no se pueden observar con semejante coerción ni con cualesquiera otra consecuencia que quisiéramos utilizar, y por lo tanto, deberíamos eliminar el uso de tales reglas. Habrá que reexponerlas, de tal manera que puedan suscitar una consecuencia positiva. Por ejemplo, la orden "come", ordinariamente no puede ser sucedida por un forzamiento de la conducta si el niño rehúsa. Podríamos obligarlo a comer, pero sería ridículamente desagradable. En lugar de esto, tendremos que proporcionar algún incentivo para hacer que la conducta deseada se lleve a cabo y que las reglas funcionen. La implicación no debe ser: "Come o te forzaré a hacerlo", sino: "Si comes, haré una cosa bonita para ti." Si el hacer una monada para nuestro hijo porque se comió su comida es algo que nos parece inaceptable, entonces no debimos haberle pedido que se la comiera. Si no intentamos darle una recompensa (ni siquiera una recompensa social) entonces, la conducta es literalmente demasiado trivial para molestar a alguien con ella.

5

Hay que evitar el castigo

Para la mayoría de los padres, el castigo es una práctica peligrosa, ya que tiende a estar más ligado a las frustraciones y humores de ellos que a la conducta de los niños. El resultado de un castigo frecuente es un niño que depende del humor de sus padres y no de sus propias acciones correctas o equivocadas. El niño se convierte en un manipulador. Sabe que mientras no exagere la nota puede seguir portándose mal y, con todo, evitar el castigo deteniéndose en el momento preciso. Un ejemplo de esto es el niño que se exhibe y actúa estúpidamente cuando hay visita. Este niño se hace tonto solo mientras observa el embarazo de sus padres. Sabe que puede ir más lejos que de costumbre porque hay extraños en casa y sus padres no desean parecer desagradables. Es capaz de reconocer las señales cuando llega al punto en que sus progenitores se exasperan —punto que predice mejor el castigo que su propia tontería. De esta manera, el niño presta más atención al humor de sus padres que a sus propias acciones.

Los padres que castigan sobre la base de sus sentimientos, siempre están agitados; amenazan con el castigo pero usualmente el niño los mantiene en un punto de conflicto, ya que actúa mal pero no lo suficiente como para castigarlo. En este caso también, una sesión de estrategia debe dar lugar a una definición *conductística* explícitamente formulada que señalará las consecuencias. Asegurémonos de que esta definición se haga en términos de la conducta del niño y no en términos de nuestra frustración e ira. No hay que aplicarla cuando el niño nos empuja demasiado lejos, sino cuando se porta mal de una manera determinada. Por ejemplo, podríamos decidir regañarlo y no darle postre cuando derrama los alimentos al comer. Este regaño proporcionaría un castigo como resultado de su conducta y no de nuestra emoción; pero antes de usar la regla, hay que considerar otros efectos.

Los crímenes del castigo

Inconsistencia. La consistencia de la experiencia es básica para aprender. La carencia de recompensas consistentes, solamente disminuirá la cantidad de alientos e información que el niño adquiere. Aprenderá a un ritmo más lento. El castigo inconsistente es otro cantar. Tiene un efecto mucho mayor que la sola aminoración del aprendizaje. Puede reducir otras conductas, incluso las que queremos conservar. El regañar a un niño porque derrama la comida, puede reducir el número de dichos accidentes, pero también reducirá su conversación. A veces, el castigo inconsistente reduce *toda* la conducta, porque el niño nunca puede estar seguro en qué momento se producirá.

Como el castigo es incierto, se vuelve muy cauto, al menos cuando está cerca de la persona que lo castiga. Sin embargo, cuando se encuentra en compañía de otras personas, su mala conducta aumenta porque la amenaza de castigo sólo existe cuando su madre está cerca, por lo que el resto del tiempo da rienda suelta a su mala conducta. La conducta problemática continuará mientras el castigo esté más ligado a los humores y frustraciones de los padres, que a las acciones del niño.

Cuando el castigo está íntimamente ligado a las emociones paternas, hay consistencia, naturalmente, mas he aquí otra regla que debe aprender el niño. La regla ha cambiado. "Si hago esto, me castigan", se puede volver a exponer como "Si hago esto cuando mamá parece enojada, me castiga." Esta regla dará lugar a la situación de frustración descrita antes. A la larga, el niño aprenderá a comportarse solamente cuando el

progenitor catoniano está cerca y enojado. Así pues, para controlar al niño, el padre actúa siempre como si estuviera enojado. El niño incluso puede llegar a darse cuenta de la diferencia que existe entre actuar como enojado y realmente estarlo, y el padre, por su parte, se encontrará muy agitado porque sólo cuando parece verdaderamente enojado, las cosas funcionan. A estas alturas, el padre ha subido un escalón más para llegar a ser él mismo todo un problema conductístico.

Asimismo, el niño descubre que el castigo proviene solamente del padre y de su ira. Las niñeras y los maestros serán cosa fácil, y esto limitará aún más lo placentero de la vida paterna.

Discriminación. Todos manifestamos discriminaciones y actuamos de forma diferente con personas diferentes, pero cuando hay castigo involucrado, hacemos lo imposible por evitar por completo a las personas que castigan. La relación que resulta es una en la que dos personas apenas son capaces de tolerarse mutuamente, una de ellas (el niño) por la posibilidad de recibir castigo, la otra (el padre) a causa de las conductas incómodas que parece ser que la situación exige.

Por otra parte, consideremos al niño que no diferencia entre las diversas emociones de los padres. En un niño demasiado pequeño para saber cuándo su madre está enojada o cuándo está actuando, puede originarse una falta de consistencia. Aunque en este caso puede haber consistencia, el niño no puede verla. El resultado puede ser que ignore todo castigo, porque no lo puede predecir. Los castigos no le dan información acerca de cómo cambiar su conducta para evitarlos.

Casi todos hemos conocido a algún niño cuya madre lo castigaba constantemente —sin ninguna razón (consistente)— a la par que seguía portándose como le viniera en gana. Para tolerar y resistir el castigo de esta manera, se necesita un cierto tipo de fuerza, y el niño que utiliza esta conducta es, por lo general, un niño rudo y atropellado. Entra a la casa como un vendaval. Parece ser que obtiene cierto placer en hacer enojar a su madre, y ella, por su parte, contribuye con su ira. Este tipo de niño da la impresión de que se siente desafiado y que desde su punto de vista distorsionado, es el vencedor, a pesar de que siempre lo están castigando.

Usualmente rechaza cualquier sugerencia que le hace su madre de jugar a "algo agradable", lo cual quizás se debe a que eso significaría que el juego que está jugando con ella, terminaría. Otros adultos se preguntan hasta dónde el mal comportamiento del niño tiene que ver con la influencia de la madre, y dicen: "Me gustaría controlarlo durante una semana más o menos, lejos de su madre. Estoy seguro que entraría al carril." La implicación de esta observación es que ellos seguirían utilizando el castigo, pero de tal forma que fuera más efectivo, posiblemente, de una manera más consistente. Sin embargo, si ese niño va a mejorarse algún día, alguien tendrá que *1)* darle una oportunidad para una buena conducta bien definida; *2)* recompensar su buena conducta abundante y consistentemente por medio de una consecuencia positiva muy deseable; y *3)* limitar estrictamente el castigo para las conductas más odiosas, y saberlo usar con mucha consistencia sin alegatos ni amenazas. Obviamente, la planeación y realización de estos pasos es algo mucho más duro de lo que piensa un tío testarudo cuando declara que "él podría someterlo". Esta tarea requiere mucho más planeamiento que eso. Es necesario organizar sesiones de estrategia para determinar cuáles son las conductas por las que hay que luchar, qué recompensas se van a utilizar para esas buenas conductas y cuáles son las conductas odiosas que hay que seguir castigando y no ignorar.

RETIRADA. A veces, el castigo continuo crea un tipo diferente de niño del descrito anteriormente. Otras, los castigos son demasiado severos o frecuentes para que un niño los soporte, por lo que la solución que puede adoptar es la de dejar de responder por completo, o cuando menos, responder lo menos posible. En este caso, el castigo inconsistente y frecuente ha preducido un niño muy callado e introvertido, cuyas pocas respuestas tentativas corren el riesgo de ser obstaculizadas con reprimendas y correcciones. Aun cuando el castigo es consistente y el niño sabe cómo evitarlo, ¿por qué prolongar una situación potencialmente peligrosa? La mejor descripción de una persona a quien se amenaza con castigo, es que quiere salirse. Sólo en caso de que dicho escape sea imposible, tratará otras soluciones para evitarlo, tales como cambiar su conducta.

Cuando quiera que se utiliza el castigo, el padre cuenta con algún otro aspecto de la situación para mantener al sujeto dentro del alcance del castigo. Ya sea que la puerta está cerrada, o que la cultura respalda a los padres (los hijos deben vivir con sus padres), o que otras recompensas sean proporcionadas por éstos (cuarto, comida, etc.). No importa lo eficaces y productivas que puedan ser las medidas punitivas, el padre debe prevenir la pérdida eventual del niño, a menos que otros eventos abrumadoramente positivos compensen este efecto. Las situaciones punitivas se convierten en señales para que el niño se retire. Para él, la situación puede estar representada en la escuela, en su casa, en una hora del día, por una persona o por una combinación de todos estos factores. La terminación misma del castigo no es probable que sea efectiva inmediatamente, porque el niño no quiere arriesgarse y es posible que nunca descubra que el castigo ya no es tan probable como antes. A un cierto punto, el niño se rehúsa a probar nuevas conductas o reacciones paternas, porque es muy peligroso. El temor se ha vuelto irrazonable, y la única solución que desea aceptar es la retirada.

En este caso será de gran ayuda reducir los castigos y aumentar las oportunidades de recompensa. Cuando el castigo ha hecho tímido a un niño, hay cosas muy sutiles que pueden adquirir dimensiones punitivas. El solo hecho de interrumpirlo cuando va a decir algo durante la comida, puede bastar para que no vuelva a abrir la boca mientras que aquélla dura.

Una observación de los hermanos, puede ser suficiente para someterlo. Se ha vuelto tan vulnerable que no se puede proteger de los diarios encuentros que se han vuelto castigos para él. Para rescatarlo de semejante introversión, es necesario que el padre le proporcione, a solas, una recompensa social. Estas sesiones solitarias obrarán un efecto generalizado si poco a poco se van celebrando en lugares abiertos. Por ejemplo, el padre puede empezar por jugar con él todos los días en su habitación (la del niño). En estas sesiones hay que echar mano de una gran dosis de aliento y alabanza, y deben constituir una costumbre diaria. Hay que hacer los arreglos necesarios para que los demás hijos no interfieran. Incluso es peligroso que éstos se sienten a ver, ya que, con probabilidad, harán más que eso; se entrometerán verbalmente, cosa que tanto atormenta al niño introvertido. Asimismo, estas intromisiones lo vuelven temeroso, que es lo que menos deseamos ahora. Una vez que vemos que responde a estas sesiones aisladas, los otros pueden empezar a colarse. Incluso se pueden celebrar estas sesiones en otros sitios de la casa, donde, a pesar de los hermanos, el niño pueda responder bien.

Baja frecuencia de la conducta. El ejemplo antes descrito es un caso extremo del efecto general del castigo, pero aun cuando se usa con consistencia, tiende a reducir el producto total de la conducta. En la situación de castigo, el niño se vuelve más cuidadoso en *todas* sus actividades. Por lo pronto, es menos exploratorio —prospecto que puede alegrar a muchos padres. No obstante, los padres que elijan este camino, deben tener cuidado de reglamentar su uso del castigo de tal manera que sea determinado por la conducta de su vástago y no por sus propias frustraciones. Un índice bajo de respuesta es peligroso porque el número de oportunidades de recompensa se reduce, ya que en general, hay menos conducta. No se puede dar recompensas por conductas que nunca ocurren. Este índice bajo de conducta se vuelve muy específico para la gente que castiga. Esto es, sólo puede ocurrir en presencia de la persona punitiva, ya que ella presenta la amenaza. Así, con cualquier castigo se puede presentar un tipo de condicionamiento: la presencia del castigador es una señal para que no haya conducta, y por lo tanto, sus oportunidades de ejercer una influencia sobre algo, se reducen. Cuando se llega a este punto, el padre no tiene que castigar al hijo adolescente para que deje de hablar. Todo lo que tiene que hacer es entrar a su cuarto. ¿Por qué? El adolescente explicaría: "Porque siempre me regaña (reprimendas, más reglas, castigos) cada vez que hago algo o que le digo algo." La sola presencia de una persona que es probable que critique o que castigue, es suficiente para acabar con todo.

En un caso en particular, se entrevistó a los padres de una adolescente que había sido detenida por la policía por vandalismo, para determinar qué tanta responsabilidad tenían en la rebelión de su hija. La madre declaró que ella no sabía dónde estaba la muchacha cuando fue arrestada. Cuando se le preguntó a dónde iba su hija por lo general cuando salía por las noches, respondió: "No lo sé. Nunca me cuenta nada." ¿Cuándo fue la última vez que le contó algo acerca de la escuela o de sus actividades con los amigos?, se le preguntó. "Ni siquiera me acuerdo", fue la respuesta. "Bueno, ahora recuerdo que me dijo lo que uno de esos muchachos malos había dicho acerca de su figura —como si hubiera estado orgullosa de que los muchachos pensaran eso de ella." Cuando se le preguntó lo que ella, la madre, había sentido al respecto, contestó con algo de orgullo: "Bueno, le dije que si la volvía a ver con ese muchacho le daría la azotaina de su vida."

¿Qué es lo que suponemos que la hija aprendió de esta pequeña confrontación con su madre? ¿Dejar a los muchachos en paz y no volverles a hablar? ¿O dejar a la madre en paz y no contarle nada?

Recompensa poco frecuente. Cuando el castigo es la consecuencia más frecuente, es difícil utilizar las recompensas. Primeramente, los padres se ocupan en dar castigos a la mala conducta en vez de buscar conductas buenas que recompensar. En segundo lugar, las buenas conductas que los padres podrían buscar, ocurren cada vez menos como un efecto colateral del castigo frecuente. Este tipo de reticencia sólo se suscita en presencia de los padres, porque son ellos los que crean la situación. En otro contexto, con los amigos, por ejemplo, el niño puede ser mucho más activo, lo cual es una razón por la que ellos tienen más oportunidad de recompensar a un niño e influir en él más que los padres. Cuando sucede eso, los padres son reemplazados como fuente primaria de recompensas, y por ende, como influencia primaria. La amistad y las buenas relaciones se reducen a esto: algunas personas tratan de, y tienen éxito en encontrar cosas que recompensar; por lo tanto ven más de la conducta y pueden influir más. Otras personas tratan de encontrar y encuentran de hecho cosas que castigar; estas personas ven menos de las conductas y por lo tanto tienen menos oportunidad de influir en ellas.

Castigo definitivo. El acercamiento conductístico desplegado en esta obra, tiene como su regla más básica, la repetición de las consecuencias. Como se observó previamente, la consecuencia definitiva, de un solo golpe, es aquella que no se repite pero que se advierte con frecuencia.

Cuando se trata de un castigo de esta índole, un padre se ve tentado a amenazar y a regañar mucho. Usualmente, un castigo definitivo es un castigo muy fuerte, y el padre quiere sacar todo lo que pueda de él. En realidad no desea utilizarlo, sólo espera allanarse el camino con su ayuda.

Cuando el padre alardea y usa castigos tan infrecuentes e incluso inexistentes, el niño se da cuenta rápidamente del sistema y le lleva la corriente. De los alardes anteriores de sus padres, el niño ha aprendido cómo utilizar mejor la situación —y ahora se da el lujo de controlarla. Además, el alarde no sólo crea un clima de amenaza y regaño, sino que también puede atraer un cierto tipo de atención de parte del padre, lo cual funciona a manera de recompensa por una mala conducta y no como castigo.

Código penal de los padres

El uso del castigo crea tantos problemas desalentadores que fuera de esperarse que los padres dejaran de usarlo, pero hay varias razones por las que sigue siendo tan común. Primeramente, el castigo tiene un efecto inmediato. Usualmente acaba con un flujo creciente de mala conducta y temporalmente evita el mal comportamiento. Asimismo, constituye un medio por el cual los padres descargan su tensión. Finalmente, bajo ciertas condiciones, el castigo es efectivo de una manera duradera. No obstante, para elegir algunos usos efectivos del castigo, hay que considerarlos en sus diversos tipos, así como las reglas para usarlos.

Hay varias clases de reglas para el uso del castigo. En la mayoría de los casos, esas reglas exponen las condiciones bajo las cuales se producirá un evento doloroso o adverso. La regla puede permitir que el niño prediga que será castigado sobre la base de cierta advertencia. Por ejemplo, el niño, al ver la cara de su madre, puede observar una advertencia acerca del castigo que sucederá a la mala conducta. Asimismo, puede estar familiarizado con situaciones en las que se le castiga si no responde correctamente. Por ejemplo, puede haber descubierto que, si no hace su tarea antes de que llegue su padre, éste lo castigará. Existen muchos otros tipos de reglas en relación con el castigo, los cuales hay que identificar para poder especificar sus ventajas y desventajas.

Regla del verdadero castigo. La primera regla y también la más común se relaciona con el verdadero castigo. Esta regla expone que a una mala conducta determinada, seguirá algo doloroso, adverso o indeseado. El propósito de la regla es el de reducir la frecuencia de una conducta. Si un profesor no quiere que sus discípulos se aparten de sus pupitres, debería proponer una verdadera regla de castigo: "Si uno de los alumnos se aleja de su pupitre, se le enviará a la dirección." En el hogar, la siguiente podría ser una regla de verdadero castigo: "Si un niño tira a su hermana de los cabellos, se le dará una paliza." Esta regla puede ser muy eficaz si se observa consistentemente. A veces se hace una advertencia después de haber manifestado una regla de verdadero castigo. Una madre podría decir: "No tires a tu hermana de los cabellos si no quieres que te dé una paliza." La advertencia puede ser, como en este caso, una mera reexposición de la regla, o bien puede ser el hecho de coger el cinturón. Un problema que se presenta cuando se hace una advertencia, es que dicha advertencia puede volverse una consecuencia de la mala conducta y no lo que aparenta ser. Si, por ejemplo, la regla de castigo se ha propuesto como: "Cuando se saquen los libros del librero, se castigará a quien lo haga", pero cuando los sacan, la madre dice: "Si *vuelves* a hacer eso te voy a castigar", la advertencia es una consecuencia, ya que ocurre después de la mala conducta. No podemos estar seguros de lo que es este nuevo tipo de consecuencia. Es probable que proporcione información acerca de un castigo más doloroso que seguirá a la conducta la próxima vez que ésta ocurra. Quizás sólo consiste en una atención que realmente constituye una recompensa a la mala conducta. De esta manera, la regla sencilla del verdadero castigo se vuelve complicada cuando se le añade una advertencia. A causa de esta complicación, es mejor identificar la situación de advertencia como algo especial. El rótulo que usualmente se aplica a esta situación es el de "anulación clásica".

REGLA DE LA ANULACIÓN CLÁSICA. La regla de la anulación clásica declara que si *ocurre* una cierta advertencia (o situación) y si una conducta *no ocurre*, el niño será castigado. Éste debe aprender una señal que le ayude a evitar o anular el castigo. Así, podríamos decir: "Sé bueno con tu hermana y no la tires del cabello, o te castigaré." En este caso, la advertencia se ha hecho junto con la regla; si el niño no actúa de una manera determinada (bien), reo es de castigo. La dificultad con la regla de anulación clásica es que especifica una situación en particular en la que se castigará la conducta, a saber, cuando hay advertencia.

Muchos padres cariñosos se ven atrapados por esta regla, porque siempre creen que el niño merece una advertencia. Una vez que el niño se da cuenta de que merece una advertencia, sabe que está completamente seguro y que puede ser todo lo malo que se le antoje mientras no escuche la señal. En otras palabras, la regla ha sido ideada para controlar solamente una parte diminuta de la conducta, y aunque funciona muy bien en este aspecto, no se puede esperar que se obre en el niño un cambio general. Por ejemplo, una maestra puede llamar al director a su aula porque un alumno se está portando muy mal. La regla en efecto es que, si el director viene al salón de clases y encuentra que el mencionado alumno *se sigue* portando mal, se tomará una acción drástica. Esta acción o castigo usualmente adopta la forma de despojar al rebelde de algún privilegio o de llamar a sus padres. Por otra parte, si el alumno deja de comportarse mal, esta acción no se emprende. Se puede controlar al alumno con suma facilidad porque sabe diferenciar, pero, como lo sabe cualquier maestro, la respuesta al director se limita cada vez más a su presencia. Una vez que el director ha desaparecido, el muchacho tiende a seguirse portando tan mal como de costumbre.

SUPRESIÓN. Un caso especial de la regla de anulación clásica se llama supresión. Es la misma regla de la anulación clásica pero sin la acostumbrada cláusula de escape. En este caso, la regla determina que si ocurre una cierta advertencia (o situación), entonces se castigará al niño, independientemente de lo que cambie su conducta después de la advertencia. Con esta advertencia no hay manera de evitar el castigo, simplemente se le dice al niño que se prepare para la insoslayable consecuencia. En el ejemplo de la escuela, la regla sería que al entrar el director en el aula, es porque *llamará* a la madre del alumno. En este caso se puede suprimir la mala conducta del muchacho cuando llega el director, pero si se sigue la regla, se llamará a la madre de aquél siempre que el director tenga que ir al salón de clases, independientemente de si el interfecto se porta bien o mal. ¿Por qué, generalmente, el niño cambia su conducta como resultado de la advertencia, aun cuando el castigo es inevitable? Semejante cambio parece irrazonable. La razón puede estribar en que realmente existe alguna cláusula de escape en la regla, aun cuando no se haya propuesto como tal. Mientras peor se porta el estudiante después de la advertencia, peor puede ser el castigo inevitable. En este caso la presencia del director es, por sí misma, un castigo, ya que indica que el castigo es inevitable. Mas digámoslo de nuevo, la conducta controlada por una regla semejante, es específica para una persona o situación.

Un acercamiento “positivo”. Un procedimiento común de anulación esgrime un acercamiento ligeramente más positivo a las reglas del castigo y propone qué conducta se requiere para evitar el castigo, y no qué conducta o situación lo producen. Un ejemplo escolar común es la regla que propone que si el alumno hace dos páginas de su trabajo, no tendrá que quedarse después de la salida. Esta regla cuando menos tiene la ventaja de comunicar al niño lo que queremos que haga, en vez de sólo sugerirle vagamente lo que son las malas conductas. Con todo, la regla sigue sin explicar por qué le gustaría al niño someterse a ella, pero tiene su lado positivo; le expone lo que nos gustaría que hiciera. Por supuesto, aun con esta regla, el niño preferiría estar en un sitio donde no existiera el castigo en lo absoluto. A pesar de algunas ventajas positivas, este procedimiento de anulación produce un nivel mínimo de ejecución. El niño solamente se interesa en la dosis de buena conducta que es necesaria para evitar el castigo. Cuando se encuentra en una situación tan amenazante, el niño no se interesa en presentar una buena conducta mayor de lo necesario. De tal manera que no hay que esperar que el niño siga por sí mismo el camino que ha descubierto a través de una amenaza. Puede ser un instrumento útil y efectivo para producir una buena conducta en particular en una circunstancia determinada, pero no podemos lograr efectos duraderos en situaciones ajenas a la amenaza.

Los procedimientos de anulación, tales como los que se han descrito anteriormente, son tan usados por los niños como por los padres. Por ejemplo, un adolescente puede refunfuñar (un tipo de castigo) si sus padres le exigen “demasiado”. Si se le ordena que limpie su habitación antes de irse al colegio por las mañanas, entonces empieza a quejarse. En este caso, el padre se encuentra bajo un tipo de control de anulación. Si hace la cama de su hijo y se refrena de pedirle a él que lo haga, no recibirá ningún castigo. Se podría exponer esta secuencia

como una regla de verdadero castigo: Si le ordena a su hijo, éste lo castiga. A veces, los gritos y otro tipo de mal comportamiento son usados por los niños de forma similar.

Las reacciones comunes de los padres a esta situación son: *1)* ceder y hacer lo que el niño exige; *2)* hacer el trabajo que les corresponde a ellos para evitar el zipizape, o *3)* castigarlos por tratar de castigar a sus padres. Esta última alternativa conduce a una verdadera competencia. ¿Quién será lo suficientemente maduro para reconocer esta tontería en lo que es y dejar de castigar?

Alguien tiene que elaborar otras reglas; alguien cuya experiencia y sensatez le permitan ver que el concurso de castigos no va a servir para alcanzar objetivos duraderos. En otras palabras, alguien tendrá que sentir bastante cariño como para empezar a buscar qué recompensar y no qué castigar, y son los padres quienes deben hacer esto. Si no lo hacen, hay pocas probabilidades de que su hijo lo haga.

Eliminación de las consecuencias

Supresión de la recompensa. Cuando se suprime una recompensa generalmente se reduce la frecuencia de una conducta determinada. Al principio puede ser que la mala conducta aumente (por ejemplo, si ya no se presta atención a los berrinches). Si se mantiene la regla, la conducta se debilita en un proceso que recibe el nombre de *extinción*. La extinción es un cambio en la conducta debido a la práctica (práctica con la consecuencia eliminada), y el principio de consistencia también se aplica aquí. De hecho, la inconsistencia en la extinción puede crear más problemas que los que existían antes. Supongamos que habitualmente entramos a nuestra casa por una puerta lateral, pero un día, al dar vuelta a la perilla, la puerta no se abre. Nuestra reacción inicial puede ser la de calmadamente tratar de abrirla con la llave, pero si con todo, sigue sin abrirse, optamos por darle una patada antes de darnos por vencidos y encaminarnos hacia la puerta principal. Sin embargo, si a causa de la humedad, la madera se ha hinchado, y con una patada logramos abrirla, rápidamente aprendemos esta nueva conducta y "supersticiosamente" la pateamos cada vez que entramos. Por otra parte, si las patadas propinadas lo único que produjeron fueron un pie lastimado, esta conducta se extingue prestamente y buscamos un método eficaz y consistente de abrirla.

Si un procedimiento de extinción funciona, la regla debe mantenerse de tal manera que el niño se dé cuenta, por ejemplo, que un berrinche prolongado no sirve para obtener una recompensa. De hecho, si los padres trataran de que el niño dejara de llorar ignorándolo a él y sus exigencias, pero cedieran cuando el llanto se hiciera demasiado estrepitoso, prolongado o intenso, en esencia, retenían la recompensa hasta que la conducta alcanzara el nivel que ellos "exigían". Ahora bien, ese llanto estentóreo e intenso, se llama berrinche. Muchas conductas emocionales prolongadas de los niños, son resultado de semejantes procedimientos de extinción. Si a ello se añade una pequeña recompensa (tal como proporcionar lo que se estaba exigiendo con el berrinche), se habrá descubierto un medio infalible de cultivar una mala conducta.

La extinción, pues, se debe continuar con gran consistencia para que sea efectiva para cambiar la conducta. Pero, mientras nos mostremos firmes en aplicar la regla de la extinción, no la repitamos con demasiada frecuencia ni sigamos el ejemplo de una madre que trataba de extinguir el berrinche de su hijo en una tienda, gritándole (para que la pudiera escuchar en medio de sus gritos): "¡No voy a ceder! ¡No vas a obtener nada de mí con eso!" Por supuesto que el rapazuelo sí estaba obteniendo mucho con su berrinche. Habría que exponer la regla de forma clara y firme, repitiéndole cada vez con las mismas palabras. Sin embargo, no hay que intentar usar la exposición de la regla como un castigo. Debe significar sólo información, no atención o castigo. La extinción debería ser la falta de *cualquier* consecuencia.

Supresión del castigo. El acabar con el uso de procedimientos de castigo y anulación, presenta otro problema especial. Muchas veces, el evento que se ha entrenado es la *falta* de algo —la anulación de un castigo o la inhibición de una conducta. Supongamos que una muchacha ha recibido un susto mayúsculo de un perro bravo. Podríamos decir que ha sido castigada por estar cerca de un perro, y que el castigo fue tan grande que ahora teme acercarse a cualquier can. Si se acerca otro de estos animales, probablemente será amistoso —la mayoría de los perros son amistosos— de tal manera que la amenaza de castigo desaparece en realidad. La extinción ha comenzado, pero la niña no sabe esto, por lo que sigue con su conducta de anulación, sin interesarse siquiera en ver si es una reacción razonoble. Podrían pasar años sin que se enterara de dicha extinción. El hecho de que el castigo es improbable no origina ningún cambio en su conducta. Si a esto añadimos alguna ligera inconsistencia (un perro bravo cada dos o tres años), es probable que la conducta se perpetúe.

Como un ejemplo adicional de las dificultades involucradas en la extinción de una conducta de anulación, consideremos el dilema de aquellos padres que regañan a sus hijos por insignificancias en un esfuerzo por evitarles mayores problemas. Esos padres creen en el viejo proverbio que reza: "Dales la mano y se cogen el pie." El tipo de reglas que este tipo de progenitores suele aplicar, es el de: "No corran en la casa", "no se levanten de la mesa mientras no terminen de comer". Probablemente no cesarán de usar dichas reglas para ver si todavía son necesarias. Puede ser que nunca "les den la mano" para ver si todavía "cogen el pie". Una regla se puede volver innecesaria y puede constituir una limitación irreal para el niño conforme crece. Los padres creen que si no lo reprenden por sus pequeñas malas conductas, serán castigados por él, quien se portará todavía peor. Se muestran renuentes a dejar de regañarlo y consideran si, con todo, los castigará. Es probable que nunca den a la situación una evaluación justa, de la misma manera que con la muchacha que tiene miedo de los perros, nunca da a éstos animales una nueva oportunidad. Ambos continúan dando pie a situaciones lamentables para evitar lo que creen que sería precisamente eso: situaciones lamentables. Empero, es probable que la extinción haya empezado años antes. El niño ya ha crecido y puede que no necesite una regla molesta para controlarse. De esta manera, el problema que se presenta con el uso de la extinción de la anulación, es que el niño puede ser que jamás responda de una forma tal que permita a los padres descubrir que la extinción ha empezado. Esta información es crucial para un cambio en la conducta.

En muchos casos, aun cuando ha tenido efecto una recompensa, el cambio a la extinción puede no ser evidente, particularmente si la conducta no ha sido sucedida por una consecuencia. Pasar de una recompensa ocasional a una extinción completa (como en el ejemplo de la puerta atrancada) es algo que puede no ser obvio. Bajo tales condiciones puede ser más eficaz hacer que el niño quite la atención a la conducta antes de que empiece la extinción. Esto puede aplicarse en el caso del berrinche o en el de una conducta inconveniente en clases.

El castigo como recompensa

Según lo que hemos visto de los berrinches, no sería sorprendente que algunas acciones correctivas de parte de los padres, son recompensas, aunque intentan ser castigos. Esta situación salta a la palestra cuando los padres se quejan de que su hijo continuamente los somete a prueba. Cada vez que exponen o anuncian que van a establecer una nueva regla que tiene un castigo como consecuencia, el niño se muestra impaciente por probarla. En este asunto hay cuando menos dos factores importantes. El primero es la aventura del riesgo. La caza misma puede ser diversión para el niño, aun si lo sorprenden cada vez. El segundo, algún aspecto no controlado del castigo mismo puede ser recompensante. Por ejemplo, a un niño que castigaron obligándolo a sentarse en una banca colocada enfrente de la dirección, lo estaba pasando estupendamente, pues se divertía tratando de golpear a otros muchachos que pasaban a su lado. Se dijo que era una peste, y que no le importaba si lo castigaban. Por supuesto que le importaba, y tanto, que por eso se portaba tan mal.

6

Los medios y los fines

Una niña puede tener más éxito en sus primeros intentos de cocinar si todos los ingredientes y utensilios están sobre la mesa de la cocina y no en un anaquel que no puede alcanzar. Por su parte, un muchacho puede aprender a cortar el césped bien si primeramente se le asigna una parte pequeña del patio, que no presente muchas complicaciones. De esta manera, a la par que controlan y cambian la conducta de los hijos, los padres pueden ayudarles planeando las condiciones de la práctica así como las consecuencias. La práctica de una conducta puede ser realizada en una situación que haga que el niño cometa muchos errores, o en otra en la que sus probabilidades de éxito sean mayores. Los primeros pasos en el aprendizaje de las conductas, son tan cruciales que merecen atención especial, para que las situaciones en las que se emprenden sean tan favorables como sea posible.

Nosotros *podemos* idear las oportunidades para la práctica, de tal manera que los errores sean imposibles o, cuando menos, para que los éxitos y las recompensas sean probables.

Un poco de prevención

A veces no es necesario utilizar las consecuencias para controlar la conducta. Como padres, podemos usar las restricciones en la práctica de nuestros hijos, para asegurar que no ocurran equivocaciones. El idear la práctica de esta manera, puede ser un proceso muy simple. Es fácil construir algunas situaciones de tal manera que la mala conducta sea imposible. El dejar el frasco de las galletas al alcance de los niños, puede ser más fácil que tratar de enseñar a nuestro hijo que no debe robárselas. Comprar un candado para el botiquín, podría ser mejor que tratar de enseñar a un niño de cuatro años, a respetar las medicinas. Enviar a dos niños peleoneros a habitaciones separadas puede ser más conveniente que tratar de ignorar sus peleas.

Cuando esta estrategia es posible, hay que considerarla seriamente. El descubrir consecuencias efectivas y el inventar prácticas son cosas que requieren tiempo; así pues, antes de dedicarles nuestro tiempo, exploremos las alternativas. Este examen nos ayudará a estar seguros de que nuestro plan vale la pena de nuestro tiempo y esfuerzo. Asimismo, nos ayudará a encontrar una alternativa más simple si la hay. La alternativa más sencilla puede privar al niño de una experiencia realista y no aprenderá a resistir la tentación del frasco de las galletas o a llevarse mejor con su hermano peleonero, si se eliminan tanto el frasco como el hermano. Sin embargo, es posible que no esté listo para luchar con semejante situación. Es nuestro juicio el que habrá de determinar esto.

Hay un punto de cautela en lo que respecta al uso de una estrategia que garantice que una conducta determinada no se llevará a cabo. Decidamos cuidadosamente si queremos que nuestra acción sea una estrategia que haga imposible que se realice la conducta, o si la queremos como un castigo *para* dicha conducta cuando ocurre. Por ejemplo, cuando separamos a los bélicos hermanos, es probable que deseemos que aprendan una regla: "Si pelean, entonces no pueden jugar juntos." O bien, los separamos en favor de la conveniencia hasta que sean lo bastante mayores como para aprender la regla. Si queremos que aprendan una regla, lo que cuenta es la consistencia. A través de una separación consistente, aprenderán que no deben pelear, pero si lo hacemos por nuestra conveniencia, la consistencia se vuelve algo ajena. En cualquier caso, es completamente improcedente cualquier amenaza verbal que intente hacerlos cambiar. Si el plan consiste meramente en bloquear una conducta y no cambiarla efectivamente, entonces no tratemos de usar amenazas para construir una consecuencia efectiva. La separación es un medio directo de limitar lo que el niño puede hacer hasta que sea mayor; limita la cantidad de belicosidad y de situaciones desagradables. El añadir amenazas verbales ("Si no van a jugar juntos como dos buenos hermanos, tendré que separarlos") solamente presupone meter la indrómina.

Si a dicha separación se le da el cariz de consecuencia, entonces, las amenazas frecuentes se vuelven una advertencia con las que el niño puede contar, y posiblemente se convierten en una atención paterna.

Estrategias para el éxito

Quizás nuestra estrategia no puede garantizar la ausencia de mala conducta o la presencia de buena conducta. Empero, podemos planear estrategias que pongan las singularidades a nuestro favor. Por ejemplo, podemos asegurar que habrá más *oportunidades* para una buena coducta. Todas las madres saben que en ciertos momentos sus hijos se encaprichan o se cansan. Hay que tomar en cuenta este hecho cuando se planean estrategias en relación con una conducta agresiva en particular. Si el niño se encapricha antes de la comida y uno de sus problemas es que pelea con otros niños, entonces parece razonable planear su día para que los amiguitos no lo visiten antes de comer. Otro plan podría ser el de que comiera más temprano. Estas alternativas no son estrategias de las consecuencias para controlar la conducta, sino únicamente reacondicionamientos del ámbito familiar. Algunos reacondicionamientos de este tipo, maximizan las probabilidades de buena conducta y minimizan las probabilidades de mala conducta sin el uso de una nueva consecuencia.

Los padres y los profesores saben que la conducta de los deberes domésticos se puede mejorar con una ambientación adecuada, y hay organismos que alientan a los padres para que proporcionen a sus hijos un "sitio tranquilo y privado que induzca a las actividades escolares en casa". Es importante que esta clase de arreglos no sólo se planee en términos de la conducta de labores domésticas, ya que hay muchas situaciones en las que no es posible, conveniente o deseable, controlar las consecuencias lógicas y directas, por lo que debemos limitarnos a cambiar solamente el ambiente general.

Se puede influir en los accidentes de la hora de la comida, según se presente la situación por primera vez. Si a un niño se le da un vaso de leche y uno de jugo, tres utensilios cuando solamente usa uno y cinco alimentos en su plato, cuando ni siquiera se come tres de ellos, y para colmo se le sienta sobre dos directorios telefónicos que se resbalan continuamente, hay material para que ocurran accidentes. El objetivo puede ser hacerlo comer bien bajo estas circunstancias, pero inicialmente habría que exigirle cosas más sencillas para que haya alguna probabilidad de éxito y aliento.

Consideremos asimismo al niño que rehúsa comerse las verduras porque quiere helado, y si se le da la alternativa, ¿qué niño normal no prefiere el helado a las judías? Sus padres le pueden decir que no puede tomar postre a menos que primeramente se coma los alimentos "útiles", lo cual no es un método malo, excepto que cuando los padres se acercan a un procedimiento correctivo o punitivo, usualmente empiezan con un montón de palabras. Amenazan, se mofan e insultan antes de negarles definitivamente el helado o de sacar el cinturón. Podrían haberle negado el helado sin haber dicho una sola palabra durante la comida, pero, generalmente, son tan cariñosos y tienen tanto miedo de que el niño haya olvidado la regla que empiezan con gentiles recordatorios, los cuales se convierten rápidamente en regaños.

En esta situación, ¿qué cambios ambientales pueden disminuir los malos hábitos alimenticios? Si el problema del postre se considera como algo muy serio, los postres se podrían eliminar por completo. Si el niño tuviera hambre, se comería lo que hubiera. No habría discusión sencillamente porque no habría nada que discutir. Sin embargo, también significaría que también los padres se quedarían sin postre. Un procedimiento menos drástico sería que los padres tomaran el postre después, una vez que el niño se ha ido a acostar. Si semejantes medidas parecen drásticas en relación con la seriedad del problema, entonces, quizás lo desagradable de la hora de la comida acerca de los hábitos alimenticios, es asimismo muy exagerado.

Hay que ser más optimistas

Cuando se necesita usar una recompensa, algo de indagación nos puede ayudar a descubrir la mejor forma de usarla. Para encontrar la consecuencia justa que debe usarse en el momento adecuado, primeramente debemos preguntarnos: "¿Qué hubiera sucedido si lo hubiera hecho (el niño) bien?" Esta debería ser una de las preguntas más frecuentes en la sesión de estrategia, cuando el problema de una mala conducta, o la ausencia de una buena, se presenta. Además, antes de que podamos considerar lo que será la reacción cuando ocurre una buena conducta, debemos descubrir la situación en la que es más probable que ocurra.

En la situación de los accidentes a la hora de comer, se puede simplificar el "ambiente", pero también las *reglas* deben simplificarse.

La primera regla podría ser: "Si se usa la cuchara, habrá que encomiar al niño." Aquí, nuevamente es necesario empezar en un nivel básico que asegure que el niño será recompensado.

Un problema más complicado es el del que no llega a tiempo para comer. Entre las diversas consecuencias punitivas se podrían citar: quitarle su comida de la mesa, dejarla que se enfríe, darle una paliza o no dejarlo salir de la casa antes de comer. Estas consecuencias producirían algún efecto, pero la situación se podría exponer de tal manera que hubiera razones positivas para llegar a comer a tiempo. Castigo es la respuesta a la siguiente pregunta: "¿Y si lo hace mal?" Pero, ¿cuáles son las respuestas a preguntas tales como: "¿Y si lo hace bien?" "¿Qué razones se han dado para que llegue a casa a tiempo?" "¿Qué hay acerca de la situación y de las consecuencias que nos hacen creer que él *deba* responder correctamente?" Es dentro de estas preguntas donde se debe considerar las consecuencias inevitables de llegar a casa a comer.

Para la mayoría de los niños, la reacción de su venida a casa es muy predecible. En la comida se hacen preguntas acerca de lo que sucedió en el día. La mayoría de los adolescentes han aprendido a contestarlas con un monosílabo o un gesto. Saben de qué lado se pondrán los padres si discuten algo acerca de los profesores. Si se han metido en dificultades, saben que es muy poco probable despertar la simpatía de aquéllos. No obstante, la probabilidad de castigo verbal es grande, así que les parece mejor esperarse y consultar con sus amigos lo que les preocupa, ya que la probabilidad general de acuerdo y simpatía es mucho mejor. A veces, los padres recompensan y alientan, pero usualmente, nunca han establecido, ni siquiera entre ellos, lo que quieren fomentar específicamente. Por lo tanto, el aliento que prestan, es inconsistente. Para el adolescente es difícil predecir de qué humor estarán sus padres. Por lo tanto, es mucho mejor mantenerse a la expectativa y optar por callarse.

Cuando padres volubles o inconsistentes alaban o recompensan alguna actividad, los hijos no lo aprecian. El niño sabe que su alabanza es más bien producto del buen humor de ellos que de las actividades de él. La carencia de un plan sensato de parte de los padres, conduce a reacciones equivocadas y hace que los niños se vuelvan cínicos.

Una recompensa por llegar a casa, todavía es más improbable, porque los padres se impacientan cada vez más. Su nivel de expectación (la conducta que desean recompensar) respecto a cómo debería actuar el niño cuando llega, es más grande. Este nivel se *debería* determinar por lo que los padres saben que el niño *hará* y no por lo que podría hacer. Pero, es probable que la expectación sea determinada más por la edad del niño que por su capacidad actual. Esta actitud asegura que nuevamente fallará ante sus padres y que lo castigarán otra vez. Ante todo esto, ¿qué viene a representar la comida para él? Algo a lo que hay que llegar tarde. Una vez que ésta es la atmósfera familiar, es tiempo de buscar nuevas formas y conductas que recompensar.

Cuando consideramos nuestros habituales planes y actitudes hacia las cosas que nuestro hijo dice a la hora de la comida, ¿qué tan inevitables son sus recompensas? ¿Puede esperar concordia y compañerismo, o es más realista esperar discordia y confrontación? Si las respuestas que demos a estas preguntas nos parecen incómodas, entonces, posiblemente es tiempo de suavizar nuestras exigencias y hacer que nuestra aceptación y concordia sean más plenas.

Sistema de recompensas

La disponibilidad de algunas recompensas cambia a lo largo del día. Por ejemplo, en las primeras horas, los padres pueden llevar a cabo una mejor labor en cuanto a apoyar, alentar y otorgar recompensas sociales. Si sucede esto, quizás el niño haga su tarea y limpie su habitación en cuanto regrese del colegio, en vez de hacerlo después de la cena. En la primera parte del día las circunstancias son favorables; tanto el niño como los padres no están tan fatigados como lo estarán más tarde. Por lo tanto, son mayores las probabilidades de que el niño se comporte bien y de que los padres den recompensas.

Es innecesario decir que las probabilidades de que los padres observen una buena conducta depende también de las circunstancias. Para ellos, buenas conductas son aquellas que de una manera exitosa y eficiente apoyan la actuación correcta de sus hijos. Así pues, seleccionemos y construyamos situaciones en las que tengamos una gran probabilidad de actuar correctamente. En dicha probabilidad influirá no sólo la hora del día sino también las consecuencias que elijamos. Al planear una consecuencia conveniente, podemos determinar su uso. Por ejemplo, la colocación de una caja de monedas o de un frasco de caramelos en la cocina, puede hacer que el uso que hagamos de las recompensas sea más eficiente. Asimismo servirá para que las mencionadas recompensas sean más accesibles y obvias a nuestro hijo. Las consecuencias sociales, tales como la atención, son las más fáciles de usar porque son las más convenientes. Para utilizarlas, una persona sólo ha menester de sí misma. No obstante, estas consecuencias sociales pueden ser menos obvias. Por lo tanto, son menos efectivas, y en la mayoría de los casos, su utilización no está bien planeada.

Nadie puede ni querría controlar todas sus reacciones ante su hijo, pero se necesita cierto control. Cuando creamos que necesitemos este control, hay que estar seguros de que elegimos una consecuencia que *podemos controlar*. El control que ejercemos en el uso de algunas consecuencias, varía; por ejemplo, la hora de ver televisión se puede usar como una consecuencia positiva de terminar las tareas escolares y otras buenas conductas, o a manera de castigo, cuando al niño se le priva de ella por mal comportamiento. Utilizar la televisión como una recompensa puede ser efectivo unas veces e inefectivo otras, ya que la atracción que siente el niño por esta diversión, varía durante el día. Asimismo, no podemos controlar qué programa habrá cuando queremos utilizarla como consecuencia. Para evitar estas complicaciones podemos usar una especie de libro de cuentas en el que se aumenta o disminuye el tiempo de televisión destinado. Este procedimiento resuelve el problema de la hora en que pasan buenos programas, pero carece de la característica de una consecuencia inmediata. Por lo tanto, habría que dar una recompensa social cuando el niño obtiene una buena nota en el supradicho libro de cuentas para poder subrayar la recompensa en el momento oportuno.

Este método tiene muchas ventajas en lo que se refiere al control de las consecuencias tales como los privilegios cronológicos. Se puede utilizar para controlar los permisos, el juego en la calle y otros privilegios mensurables que hay que controlar en bien del comportamiento del niño.

Cuando se van a controlar los privilegios, es importante elaborar reglas en relación con los mínimos y máximos a los que sabemos que nos podemos apegar. No establezcamos extremos que "en realidad enderecen" a nuestro hijo o que lo "hagan recapacitar". Fijemos nuestras normas de tal manera que con conciencia fácil podamos aplicar la consecuencia inmediata y consistentemente durante un largo período. Puede ser que deseemos fijar una cuota mínima de televisión al día que fluctúa entre media hora y hora y media. De esta manera, la suma total de la buena o mala conducta del niño, no puede crear una situación ridícula. Si utilizamos intervalos de quince minutos a manera de recompensa, contaremos con seis incentivos concretos que se pueden otorgar a diario por alguna actividad encomiable.

Para los niños en edad preescolar y para los que están en primaria, hay que considerar el uso constante de la atención social, la cual implica varios tipos de afecto físico. En las clases de las escuelas primarias, da muy buenos resultados el que la maestra se pasee por el aula y dé palmaditas a los niños que están haciendo un esfuerzo. A veces sobran las palabras, y por otra parte, no son tan benéficas como una sonrisa o una palmadita. Estos gestos carecen de un sentido directo; no le *dicen* al niño que se le está alabando, por lo que se pueden utilizar indiscriminadamente. Sin embargo, pueden ser extremadamente efectivos con los niños pequeños a los que queremos y deseamos ayudar. Es muy útil registrar el número de veces que damos recompensas, apoyos y encomios, ya que podemos obtener información acerca de la frecuencia de nuestra propia conducta, a la vez que nos enteramos de las buenas conductas de nuestros hijos. Hay que empezar a aprovecharnos de dichos registros, de una forma más bien rigurosa, cuando las cosas suceden.

Formando el ideal

En el proceso de hacer de las recompensas algo inevitable, a menudo tenemos que detenernos en una conducta que es menos que ideal. Debemos limitar el ideal a lo que el niño puede y haga al principio, de tal manera que la regla permita recompensa a un nivel bajo de respuesta. Sin embargo, tiene que haber un plan para el cambio gradual de la regla bajo la cual se verifican las recompensas. Existen dos posibilidades: podemos expandir las demandas o el campo de las circunstancias.

A lo primero, exigir conductas aún mejores, se le llama *modelamiento.* El expandir el campo de las circunstancias en el que se exigirá y recompensará la *misma conducta,* recibe el nombre de *desvanecimiento.* La distinción es importante, ya que no se necesitan definiciones conductísticas nuevas para el desvanecimiento, mientras que para el modelamiento se requiere una conducta nueva y mejor. El siguiente ejemplo señalará esas diferencias.

La madre de una niña que no se atrevía a hablar en la escuela solicitó la ayuda de un consejero. En casa hablaba, pero en la escuela permanecía muda. La aprobación del primer año escolar dependía de la demostración de su capacidad de leer en voz alta. Sin embargo, no había necesidad de una conducta de modelamiento. La conducta ya había sido aprendida bajo otra circunstancia (el hogar). Para ayudarla, se dispusieron situaciones cada vez más parecidas al salón de clases. Primeramente, la madre se encontraba con ella en el aula. Acto seguido, la hija se sentaba en su pupitre y leía en voz alta solamente para su madre. Más tarde, al ir progresando el procedimiento de desvanecimiento, la maestra se quedaba en el salón pero fingía seguir ocupada con sus papeles y no prestaba atención a la sesión de lectura entre madre e hija.

En el transcurso de los días, la maestra empezó a fijarse cada vez más. Finalmente, dejó de hacer sus cosas y se dedicó a verla y escucharla. En las últimas sesiones, la madre se sentó lejos de ella, y la maestra más cerca. Por último, las sesiones se celebraron antes de que los alumnos abandonaran el aula.

El procedimiento de desvanecimiento antes descrito no exigió el aprendizaje de conductas nuevas. Si hubiera sido necesario enseñar a la niña a leer, el problema hubiera aumentado. Se habrían tenido que moldear nuevas conductas y se hubieran requerido definiciones de éstas. El nivel inicial de la conducta hubiera sido el de identificar imágenes o letras. Posteriormente, se hubieran añadido letras a la lección, y así sucesivamente.

Cuando utilizamos un proceso de modelamiento, debemos empezar con algún nivel de conducta que ocurra con frecuencia, de tal manera que el niño pueda aprender las reglas y experimentar inmediatamente la realidad de las recompensas. Aun en este nivel, habría que exponerle que más tarde cambiarán las reglas. Informarlo de la dirección del cambio y del momento en que se llevará a cabo. Asimismo, debemos estar preparados a pagar de alguna manera, durante un largo período, después de haber alcanzado un nivel de actuación aceptable. Durante este tiempo, no temamos retroceder, ni siquiera si llegamos de nuevo al primer nivel de conducta que exigimos. La idea que se esconde detrás del proceso de modelamiento es la de hacer que las reglas sigan siendo indulgentes para que ocurra la recompensa, pero solamente como resultado de la regla establecida. No creamos que el modelamiento significa que cualquier conducta antigua basta, o que unas cuantas conductas libres de vez en cuando, no harán daño, porque sí lo hacen. Hay razón y consistencia en el comportamiento del niño. Por lo tanto, no hay que preocuparnos por que usemos reglas sencillas que son fáciles para el niño. Eventualmente se pueden mejorar.

En casi todos los casos, la conducta ideal no se consigue fácilmente. Al principio tendremos que aceptar un nivel bajo de conducta que pueda garantizar algunas oportunidades de recompensa. Una vez que se ha reforzado este nivel inicial de actuación, el siguiente habrá asimismo de quedar retirado del objetivo final. Se trata de modelar una conducta desde un nivel bajo de actuación; es un proceso gradual. Este proceso gradual no debe de hacernos ignorar, sin embargo, una explicación explícita de los siguientes niveles. La carencia de tales definiciones hará que utilicemos inconsistentemente la recompensa.

Cuando se ha logrado un nuevo nivel de actuación, el problema es con qué rapidez puede avanzar el niño. Por supuesto que habrá diferencias individuales en este tipo de aprendizaje como en cualquier otro. Se tiende a adoptar una regla que dice que nunca nos movemos con demasiada lentitud. No obstante, el retroceso para lograr una actuación con éxito siempre constituye un factor en la recompensa, ya que este retroceso a la misma actuación se puede enranciar si no damos lugar a la recompensa de una nueva y mejor aproximación del objetivo de largo alcance. Asimismo, el quedarse en una etapa determinada puede dificultar el progreso a otras posteriormente. Consideremos a los padres que alaban la forma de hablar del bebé. En la modelación del discurso, ésta es una primera etapa necesaria, pero cuando se prolonga este nivel, muchos de los desarrollos lógicos pueden dificultarse. Mientras más dure el niño expresándose como bebé, más probable es que responda al descubrimiento de que algunas personas (abuelos, tíos) siempre apreciarán este nivel de actuación. Asimismo, al seguir observando este nivel, es más probable que sus padres lo entiendan y, por lo tanto, inadvertidamente lo recompensen. Por otra parte, si el niño sigue utilizando su jerga infantil, lo más probable es que esto se convierta en un instrumento para obtener atención. Estas complicaciones tienen sus contrapartes en el comer, vestir y muchas otras situaciones de entrenamiento.

Hay una regla mejor que la que dice que nunca nos movemos con demasiada lentitud, y reza: "Cuando dudemos, avancemos algo pero no olvidemos que no tiene nada de malo retroceder un paso si ello es necesario."

Una de las razones más comunes por las que se vacila en avanzar, es que el próximo paso implica algunas consecuencias reales para los padres. Una vez que el niño ha aprendido a contar el dinero y a darse cuenta del cambio, puede comprar cosas, probablemente con nuestro dinero. Ésta es una ocasión muy peligrosa para que vacilemos, porque es entonces cuando el niño aprende si esas cosas son realmente útiles y significativas para él. No podemos esperar que se muestre ansioso de recibir nuestra instrucción (la de la escuela) si la razón de su esfuerzo estriba en que le digamos: "Algún día te será necesario saber esas cosas." Hagámosle que "necesite esas cosas" ahora.

En las últimas etapas del modelamiento cambia el papel de los padres. Ya han preparado y modelado al niño para los próximos pasos, pero es el mundo el que le da más y más consecuencias. A este punto, la calidad de la labor paterna se puede juzgar al observar qué tan realista y práctico ha sido el entrenamiento. Sin embargo, todavía hay un deber paterno. Aunque los padres proporcionen a su hijo una parte pequeña de las consecuencias, conforme éste crece, como observadores todavía deben señalar el porqué de ciertas consecuencias, esto es, por qué ciertas conductas tienen éxito y otras no.

El punto crucial que hay que recordar es que este cambio de deber no se lleva a cabo a una edad determinada y ni siquiera a una edad determinada en un niño determinado. Sucede en diferentes ocasiones o diferentes conductas. Esperanzadamente, habremos de terminar de dar recompensas planeadas y bien elaboradas por entrenamiento sanitario, cuando el niño tenga seis años; por conducta alimenticia cuando alcance los ocho o diez años, y por entrenamiento económico alrededor de los doce; pero es probable que sigamos entrenándolo en relación con la conducta social, cuando ya tenga dieciocho años. Cuándo y cómo fomentar y apoyar las conductas en situaciones sociales, constituye un continuo proceso de aprendizaje para todos nosotros.

Consulta de la lista en busca de acción

En la primera parte hemos sentado las bases para los tipos de estrategias que podemos desarrollar para resolver muchos de los problemas de la paternidad. Antes de pasar a los problemas especiales de los niños y adolescentes, así como de la familia, hay que revisar brevemente las preguntas que deberíamos hacernos antes de poner en práctica dichas estrategias.

¿Es el problema lo bastante grande como para molestarse? Tengamos en cuenta que en estas circunstancias, incluso un NO es índice de una estrategia, la cual puede consistir en simplemente eliminar los regaños del problema.

¿Estamos intentando demasiadas cosas a la vez? Si empezamos a creer en el control consecuencial, el mayor peligro es que tratemos de hacer demasiadas cosas a un mismo tiempo. No tratemos de controlar a la vez lo referente a la comida, el estudio del piano, la limpieza de la habitación y los deberes escolares. El concentrarse en demasiadas actividades no sólo provoca que cometamos errores, sino que también crea confusión acerca

de las reglas que debe observar el niño, aun si nuestros errores son insignificantes. Vayamos poco a poco, regla por regla.

¿Se puede garantizar la conducta sin arreglar lo que a las consecuencias respecta? Se pueden imposibilitar algunas conductas, y esta estrategia es a veces más fácil que la utilización de las reglas. Como se observó anteriormente, en estos casos podemos cambiar la conducta al cambiar la situación en que ésta ocurre.

Si se van a utilizar consecuencias, ¿se ha elaborado una definición conductística clara para señalar cuándo habrán de usarse dichas consecuencias y cuándo no? Si en este caso la respuesta es NO, consideremos la definición de sólo una parte de las muchas actividades que integran el problema. Por ejemplo, en vez de exigir que el niño vaya “pulcramente vestido”, pidámosle que “se ate las cintas de los zapatos”; en vez de prohibirle que “pelee con los hermanos”, ordenémosle que “no pelee con uno de sus hermanos”; y en vez de decirle que “nunca hace caso”, pidámosle que “venga cuando lo llamemos a comer”.

¿Se han identificado cuidadosamente las razones (consecuencias corrientes)? Si la respuesta es difícil, quizás no lo hemos considerado lo suficiente. Posiblemente, antes de que la consecuencia ocurra, se lleva a cabo una cadena o grupo de conductas. Por ejemplo, el quejarse acerca de la escuela solamente da lugar a que los padres sugieran qué hacer respecto a los deberes escolares, lo que a su vez da la oportunidad para que el niño se tarde en ejecutarlos y, por ende, a que los padres le presten atención. La queja es un medio secundario para el objetivo del niño —un paso más en su camino. Consideremos al niño que pelea con sus hermanos para hacer que los padres intervengan, los separen y pueda tener una habitación para él solo. La atención paterna, en este caso, es solamente un paso más en el camino.

¿Se puede hacer que la conducta sea más probable proporcionando algunos cambios en el entrenamiento? La respuesta concierne a las necesidades para el desempeño de la conducta. Por ejemplo, si se desea que el niño aprenda a llegar a casa a tiempo, ¿se le ha proporcionado un reloj? Si se desea que aprenda a comer correctamente sin derramar la comida, ¿tiene una silla con una altura correcta? Hay que proporcionarle la mejor situación que podamos.

¿Estamos empezando con una conducta que sea lo bastante sencilla como para que haya recompensas desde el primer día?

¿Se puede disponer con facilidad de las recompensas? ¿Seremos capaces de alentar al niño a la hora en que hace sus tareas?

Si se le va a privar de las recompensas por mala conducta, ¿se ha previsto la privación resultante? Si se van a ignorar los berrinches, ¿a qué es lo que hay que prestar atención?

¿Cuáles son los niveles de desvanecimiento y/o de modelamiento? El primer nivel de modelamiento debe tratarse con definiciones conductísticas, y la primera situación de la cual pueda originarse el desvanecimiento, se determinará con la selección de una ocasión y lugar para la primera práctica. Los pequeños cambios en las reglas que permitan que la práctica trascienda de esas primeras circunstancias, deben planearse tan bien como las primeras reglas.

Segunda parte

PROYECTOS PARA EL CAMBIO

AaBbCcDd
G
MATH
EXERCISE IN MATH
2

7

Los primeros problemas sociales

Las ocasiones y los lugares para jugar son las primeras oportunidades que se presentan para entrenar algunas conductas sociales exitosas. Asimismo son las primeras oportunidades para ver la necesidad de entrenar tales conductas sociales. En esta primera etapa, el niño primeramente debe familiarizarse con el hecho de que también él puede dispensar consecuencias sociales que tengan algún efecto sobre las conductas aprendidas por los demás. El problema usual del juego implica alguna forma de pelea frecuente, o bien, un uso demasiado frecuente de la autoaserción. De esta manera, el niño que se caracteriza por el "yo primero", o el niño bélico, usualmente es objeto de quejas de los demás niños, así como de los padres y maestros.

Parte del problema generalmente se puede achacar a la falta de reglas conductísticas especiales y de una estructuración para una oportunidad conductística. En otras palabras, cuando es más probable que tengamos problemas de juego con niños pequeños (o con adolescentes) es cuando no existe ninguna tarea a ser desempeñada. Esto no significa que tengamos que actuar como maestros o consejeros cuando nuestros hijos juegan con otros niños, pero debemos reconocer que nuestra solución al problema de los juegos debe ser una en la que sugiramos o proporcionemos nuevas oportunidades de hacer cosas nuevas en vez de limitarnos a reprimir la mala conducta social.

El alboroto que se suscita por la carencia de algo que hacer, se podría remediar por medio de una sugerencia de trabajo y no de juego. Así como los adultos tienen horas de trabajo, asimismo los niños deben desempeñar a ciertas horas tareas especificadas y recompensadas. Muchos padres han resuelto con éxito tales problemas de juego, sugiriendo a sus hijos alguna tarea doméstica. Si este tipo de sugerencia se hace con seriedad, y se exponen las actividades específicas de tal manera que los niños las hagan en realidad, y vean los resultados y reciban encomios de sus padres, entonces habrá desaparecido parte del problema.

Sociabilidad

El ser sociable es igual a otras muchas actividades: si tenemos éxito en ello, nos gusta y queremos seguirlo haciendo. Por otra parte, si no podemos llevarnos bien con los demás, entonces, probablemente no nos gusta estar con otras personas y tendemos a ser muy poco sociales.

Un niño sociable tiene muchos amigos. Éstos aceptan lo que él desea hacer, ríen de lo que él cree que es divertido y cooperan y juegan a cosas que a él le gustan. Aparentemente no tratan de agradarse mutuamente, simplemente lo hacen. La noción de que hay que ser agradable para poder hacer amigos, parece demasiado sencilla como para que tenga algún uso mientras no se vea el agrado, el acuerdo y la cooperación como casos especiales de recompensa y castigo. Consideremos, por ejemplo, la siguiente conversación que tuvo lugar en torno a una mesa sobre la que trabajaban tres niños de primer año, haciendo dibujos:

Eduardito (dándole un golpe a Tomasito): ¡No lo hagas así, tonto!

Tomasito: ¡Déjame!

Juanito: Dame el amarillo.

Eduardito (alcanza el lápiz amarillo y lo acerca a su cuaderno): Lo estoy necesitando.

Maestra: Dale a Juanito el lápiz amarillo.

(Eduardito se lo avienta a Juanito. Más tarde se dirige a él.)

Eduardito: ¿Ya acabaste con el amarillo?

Juanito: Sí.

(Cuando Juanito va a dárselo, Eduardito se lo arrebata.)

¿Qué sucedió durante esta lección de arte? Primeramente, Eduardito castigó a Tomasito: (No lo hagas así, tonto.) En seguida Tomasito trató de castigar a Eduardito: (¡Déjame!) En tercer lugar, Eduardito no satisfizo la petición de Juanito y posteriormente lo volvió a castigar arrebatándole el lápiz.

Eduardito era una persona punitiva. Andaba en busca de cosas malas que castigar. Si no las encontraba, castigaba las buenas (por ejemplo, cuando Juanito le ofreció el lápiz). El mejor medio para evitar los castigos de Eduardito —quizás el único medio— era evitarlo.

Para que cambiara tenía que aprender a recompensar, y para hacerlo, alguien tenía que recompensarlo por haber recompensado a otros. Esta estrategia debía empezar en casa. En el caso de Eduardito, sus padres necesitaban un reentrenamiento en el uso de recompensas y castigos. Su madre tenía que aprender a vigilar la conducta recompensante de su hijo —tenía que desempeñar el papel de árbitro en este juego social.

Asimismo, debía darle la atención más mínima cuando lo castigaba. Si el niño utilizaba un castigo verbal, ella debía ignorarlo; si usaba castigo físico, sólo le prestaba la atención suficiente para apaciguarlo. Cuando los padres de Eduardito empezaron a utilizar algunas reglas de recompensa, la conducta del niño mejoró. Obtuvo una dosis de atención agradable por labores desempeñadas en casa, e incluso empezó a mostrar que creía poder obtener algo de atención en la escuela.

PANDILLAS. La mayoría de los niños cultivan amigos muy íntimos que influyen extremadamente en su conducta. Si solamente se trata de uno o dos amigos, se dice que son amigos queridos; varios forman lo que se llama una pandilla. La palabra "pandilla" asusta a los adultos porque describe un grupo que se adhiere a su propio conjunto de reglas en vez de hacerlo a las que nos adherimos el resto de las personas. Una pandilla de adolescentes no desprecia todas las reglas, pero llega a vivir, al menos parcialmente, de acuerdo a un conjunto de reglas que ellos mismos inventan. Apoyan dichas reglas a través de sus propios castigos y recompensas sociales. Usualmente, tienen más éxito que sus padres en cuanto al modelamiento de la conducta, porque éstos de ordinario otorgan sus recompensas sociales por cariño y no se apegan a una serie de reglas. Asimismo, la total recompensa social que dan los miembros de la pandilla, puede ser mayor que la total recompensa social que dan los padres.

La pandilla generalmente da más recompensas porque los padres, de ordinario, sólo tienen reglas y definiciones acerca de las malas conductas que el niño podría llevar a cabo y por lo tanto sólo tienen programas para dispensar castigos (dispensar recompensas por cariño no requiere reglas). Por otra parte, la pandilla cuenta con una noción muy precisa de lo que es la buena conducta y la recompensa bien. Si nos encontramos en competencia con la pandilla de nuestro hijo, deberíamos mejorar nuestra posición en semejante competencia, recompensando más, y haciéndolo por medio de un conjunto de reglas que especifiquen las buenas conductas.

Celos y peleas. La agresión entre hermanos por las recompensas paternas, frecuentemente adopta la forma de celos y de peleas.

Esta emocionalidad ocurre en parte a causa de la falta de recompensas (atención, y así sucesivamente) y a causa de la carencia de reglas acerca de las recompensas (esto es, disposición). Si el niño no conoce las reglas, se encuentra incapacitado para controlar la dosis de atención social que obtiene. Responde al hecho de que algunas de las reglas son arbitrarias, hechas al azar y mal planeadas. El que él o su hermano obtenga más atención, parece ser que no depende de ninguna regla específica que defina lo que es la buena conducta. La única regla que aparentemente se aplica con consistencia es aquella de que el hermano que atraiga la atención con su mal comportamiento probablemente pase más tiempo con sus padres.

La atención que se da a la mala conducta parece adversa y punitiva. Empero, es algo así como una atención, con el placer adicional de que los padres retiran su atención de los demás hijos. Así pues, si consideramos que los celos excesivos son resultado de procedimientos que apoyan a la mala conducta, podemos servirnos de ello.

Naturalmente, las bases de semejante situación son echadas a menudo por una carencia total de atención social positiva de parte de los padres. Cuando se sabe que va a haber poca recompensa, se produce una gran disputa entre los hijos para arrebatarse las migajas.

La conducta de pelea difiere de la conducta de celos porque la falta de reglas constituye un factor mucho menor en el mantenimiento de la conducta de pelea. Ésta es apoyada más específicamente por la carencia de atención, y la estrategia usualmente indicada es muy similar a la que se aplicaría en el caso de los berrinches cuando se añade atención por buena conducta. (Ver el capítulo 8.)

El hijo único. El desarrollo conductístico de un hijo único, usualmente es dirigido por un conjunto pequeño y estricto de reglas que es más apropiado para los adultos de la familia que para los niños. El niño actúa como grande pero tiene muchos problemas de juegos porque carece de entrenamiento para ser sociable con los niños de su misma edad. Como las reglas son estrictas, son pocas las oportunidades de practicar con otros niños sin que interfieran los padres. Por lo tanto, los padres de un hijo único deberían propiciarle la compañía de otros niños sin interferir.

Las sesiones de juego largas e ininterrumpidas son doblemente importantes para el hijo único porque, por lo general, los compañeros de juegos proporcionan un conjunto de reglas sociales más exigentes. Estas reglas deberán contrastar saludablemente con las de los padres del hijo único, las cuales es probable que sean demasiado indulgentes en cuanto a la agresión, demasiado suaves con respecto a las exigencias y demasiado corteses cuando aparece un conflicto en relación con las actividades que habrán de desarrollarse. Por ejemplo, se ha observado a una madre que discutía con su hija (hija única), la cual estaba furiosa porque otra niña no hacía las cosas a su manera. La madre dijo: "A veces tienes que hacer las cosas al modo de Juanita, si no, ya no vendrá a jugar contigo." "Pero", repuso la hija, "no me deja que coja mi juguete y ella no sabe cómo jugar con él." La madre replicó: "Bueno, déjame darte otro juguete para que jueges", y así lo hizo.

La niña quería mandar de nuevo. La otra quería aplicar una consecuencia a esta demanda y, en efecto, comunicarle que si iba a seguir de mandona, ya no jugaría con ella, lo cual, probablemente, hubiera sido una buena lección para la díscola de Juanita. Mas he aquí que su madre la "salvó" de esta lección, al intervenir. La madre le proporcionó una alternativa que le impidió comprometerse con los demás.

En este ejemplo, la hija hubiera ganado más si su madre no hubiera interferido. La madre trataba de rectificar una situación difícil en la que su hija no se hubiera salido con la suya, pero en el proceso, la niña perdió la oportunidad de aprender lo mucho que cuesta ser mandón. De hecho, la niña descubrió una nueva manera de obtener la atención de su madre y al mismo tiempo de que le resolvieran una situación social.

La mejor estrategia en este caso consiste en que los padres hagan lo que les sea posible porque su hijo tenga mucho contacto con otros niños. Todo lo que propicie esto valdrá la pena. Si, además de esta estrategia, los padres pueden planear cuidadosamente lo que hay que hacer cuando se susciten otras conductas para obtener atención, entonces, el problema del hijo único mejorará.

Papel que desempeña el afecto

El afecto físico entre los padres y el niño proporciona una temprana similitud a la conducta sexual que más tarde habrá de aparecer, y hay que resolver durante el desarrollo de un adolescente incipiente, la discriminación que existe entre conducta sexual y afecto físico por uno de los padres. Puede volverse un problema delicado para el padre, porque si intenta suprimir en demasía lo que él juzga que son avances sexuales, puede terminar suprimiendo el afecto físico que expresan la mayoría de los niños. En el proceso, el padre no sólo pierde algo de gran valor humano, sino que también pierde el uso de una recompensa poderosa. El afecto físico puede proporcionar una gran parte de la estructura del niño pequeño. Si, además de brindarlo libremente, puede asimismo constituir una reacción a las buenas conductas, entonces, este afecto puede responder la pregunta que se hace el niño de por qué lo queremos.

No hay necesidad de tener siempre una razón para abrazar a nuestro hijo. Cuando el abrazo es apropiado, se puede convertir en un mensaje muy poderoso. Además, las palmaditas que damos a nuestros hijos siguen siendo recompensas genuinas; los grandes despliegues de afecto puede ser que no funcionen tan bien como las recompensas porque tienden a aparecer cuando el padre se siente agradado por una acumulación de buenas conductas que pueden no ser obvias para el niño. Por lo tanto, este gran despliegue de afecto puede ser placentero, pero no como resultado de algo en particular. Esto no quiere decir que hay que evitarlo, sino solo que posiblemente no contribuya a un cambio en la conducta.

Pruebas de las reglas

Parece ser que cuando los padres establecen una regla, tarde o temprano el niño debe probarla para ver si los padres realmente hablaban en serio. Esta conducta se aprende como cualquiera otra. Procede de las experiencias que ha tenido el niño con la manera en que sus padres observaban las reglas. Una madre que se queja de que su hijo la somete a prueba cada vez que ella establece una regla, debería considerar primeramente qué tan a menudo cambia de parecer como resultado de que se le somete a prueba. Cada vez que se construye una nueva regla, se cambia la vieja norma. Lo que fue cierto en el pasado, ya no vale. Si hay cambios con mucha frecuencia, el niño se pregunta si él no podría influir en dichos cambios ya sea portándose mal o resistiendo al actual conjunto de reglas. De esta manera, la prueba de las reglas es resultado de la mala planeación y del cambio continuo que de ellas se hace. Hay que hacer que las reglas se conserven sencillas y que no abunden, para que sean confiables y el niño no se vea tentado a efectuar un cambio por su propia cuenta.

Lógicamente, siempre habrá algo de prueba, lo cual es necesario al niño como práctica y experiencia. Si bastara establecer una regla para que la obedecieran, las consecuencias serían innecesarias. La prueba de las reglas se convierte en un problema solamente si los padres no están seguros de si quieren o no hacerlas cumplir, o si han creado una que es tan difícil para el niño que comete demasiados errores y nunca puede con ella. Si la prueba de las reglas se convierte en un problema, hagámonos dos preguntas: "¿Se lleva a cabo la prueba de las reglas porque el niño realmente no puede ajustarse a ellas?" y "¿Sucede porque todavía no hemos decidido cómo hacerlas cumplir?" Si respondemos "Sí" a las dos preguntas, entonces necesitamos más sesiones de estrategia. Estas sesiones deben dedicarse a la preparación de una regla más sencilla, que pueda garantizar más recompensa de manera que haya menos errores, o bien a reestablecer la regla y el medio de cumplirla para que nos podamos sentir bien cuando debamos hacerla cumplir.

Otra versión de la prueba de las reglas es la queja. Es una búsqueda de una posible grieta en ellas, o de las veces en que se puede vencer. Si somos víctimas de las quejas, entonces es tiempo de revisar nuestras reglas para ver por qué a veces se nos puede persuadir para que no las hagamos respetar. Posiblemente hay algo al respecto que se pudiera cambiar de tal manera que nos podamos sentir mejor cuando las hagamos cumplir consistentemente y, por lo tanto, menos vulnerables a las quejas. Nuevamente, una sesión para dirimir las estrategias debidas nos puede ayudar a revisar el número y tipo de reglas que pretendemos hacer cumplir a nuestros hijos.

Existe un respecto en el que la conducta de queja no constituye una conducta que prueba las reglas. A veces, la queja puede ser apoyada activamente por los padres que desean discutir mucho, particularmente si se sienten inseguros con relación a la justicia de las mismas. La falta de confianza en nuestras propias reglas puede hacer que nos sintamos obligados a defenderlas verbalmente. Esta defensa es toda una diversión para los niños, y de hecho proporciona una recompensa a la queja. Así aun haciendo respetar la regla sin darnos por vencidos, la discusión puede motivar la conducta de queja.

Conducta de escuela. Antes de considerar lo que puede hacer un padre para ayudar a su hijo en la escuela, veamos lo que pasa en ella con respecto a las conductas y consecuencias de las conductas.

¿Dónde están las consecuencias, los resultados, de una buena conducta en el aula? Ciertamente deben existir, porque la mayoría de los niños actúan a un nivel bastante aceptable y digno de confianza.

Parece ser que los estudiantes responden al encomio poco frecuente hecho por padres y maestros, y que sus propios éxitos obran a manera de incentivos. Sin embargo, hay niños para los que estas recompensas tan sutiles no bastan y dejan de dar un rendimiento adecuado.

A veces se discute que si los niños buenos pueden actuar bien bajo esas circunstancias, los niños problemáticos también deberían hacerlo. Este argumento implica que éstos son capaces de cambiar bruscamente en su actuación y mantener ese cambio, a pesar del hecho de que no han podido hacerlo así en el pasado. Las proposiciones de este argumento tienden a basarse en coerciones, reprimendas y amenazas, como medios de verificar este cambio. La mayoría de nosotros hemos aprendido la dolorosa lección de que no dan resultado.

Además de cierta falta de encomio a las buenas conductas demostradas en la escuela, a veces hay una falta de buenas definiciones de las conductas que hay que fomentar. Cuando las definiciones conductísticas son precisas y concretas y las consecuencias son consistentes, los procedimientos son por lo general, eficientes y exitosos. Por ejemplo, los maestros están de acuerdo en que el criterio para una actuación exitosa en el primer año de primaria, es que el niño pueda leer (definido fácilmente), recitar el alfabeto y ejecutar operaciones simples de aritmética. A causa de este acuerdo, los maestros de primer año saben qué es lo que hay que recompensar; saben lo que es el éxito. Inadvertidamente pueden recompensar la conducta que reclama atención en los niños problemáticos, pero al menos saben qué clase de trabajo requieren. En los grados superiores, el criterio de actuación exitosa se vuelve cada vez más vago, y como resultado, las técnicas innovadoras pueden pasar de moda porque no existe un consenso general sobre lo que debiera ser el propósito (objetivo conductístico) de una nueva técnica. Precisamente, ¿qué es lo que debe hacer un niño de sexto año para pasar? Pocos se ponen de acuerdo al respecto.

A este punto, la escuela encuentra difícil ser precisa acerca de la conducta, y a causa del número de alumnos, recurre a pruebas hechas con papel y lápiz, con lo que se prueba el tipo de información que la dirección escolar ha determinado que el niño debe tener a un determinado nivel. Desgraciadamente, una determinación a través de una prueba con papel y lápiz, no se puede hacer con la frecuencia deseada, o con la precisión debida, como para utilizar las consecuencias eficientemente.

Como las definiciones de las buenas conductas y de los objetivos conductísticos son escasas en los grados superiores, los maestros se encuentran desempeñando más y más actividades en el salón de clases, mientras que los alumnos hacen cada vez menos. Por ende, tanto en el jardín de niños como en el primer año de primaria, el maestro enseña dibujo, escritura, sumas y restas, mientras que los alumnos exploran las conductas correctas. No obstante, en la universidad, el profesor casi no dirige la conducta y habla mucho, mientras que los estudiantes permanecen callados e inactivos.

Aprender haciendo las cosas se considera generalmente un

principio superior en los primeros años de las escuelas, pero, de alguna manera, esta regla de práctica se descarta gradualmente en los grados superiores. Si el maestro y los padres pierden la disposición a recompensar al estudiante con frecuencia, porque no saben con precisión, qué es lo que hay que recompensar, el estudiante puede perder la dirección. Consecuentemente, muchos maestros elaboran sus propios proyectos para los niños, de tal manera que pueden experimentar (usualmente sólo una vez) el hacer ciertas cosas. Más allá del objetivo general de la experiencia, no hay objetivos específicos que mantengan juntos los propósitos de tales proyectos.

¿Cómo podemos nosotros, los padres, ayudar a un niño que rinde poco en esta situación? Si decidimos que un niño con bajo rendimiento, puede hacerlo mejor en la escuela, entonces preparémonos a estarlo regañando todo el tiempo. Debemos determinar las conductas específicas. Estas definiciones nos ayudarán a planear lo que se practicará y lo que se aprenderá. Primeramente, determinemos alguna consecuencia positiva que podamos controlar y utilizar como recompensa al esfuerzo —ver la televisión, dinero, salidas, privilegios especiales. En segundo lugar, especifiquemos la ocasión y el lugar, sin interrupciones familiares, para trabajar con nuestro hijo. En tercer lugar, sirvámonos de sus papeles escolares de los pasados tres meses y pidámosle que los corrija, como nuestra primera definición conductística. En cuarto lugar, recompensemos generosamente cada papel que haya sido corregido; permanezcamos con nuestro hijo y demostremos atención y admiración por las materias que corrige en esas páginas. En quinto lugar, hagamos que estas sesiones sean breves. No esperemos que el niño esté cansado o aburrido. Paremos cuando todavía se muestra deseoso de trabajar. No tratemos de obtener todo lo que podamos en una sola sesión. Esto solamente puede dar lugar a que la próxima vez no sepa nada. Si el niño sugiere parar antes de que lo hagamos nosotros, quiere decir que hemos esperado demasiado. En sexto lugar, tengamos junto a nosotros una libreta para anotar las recompensas concretas que se ha merecido. Por último, pongámonos en contacto con su maestra y pidámosle que revise esas correcciones enfrente de él. El objeto de retroceder tres meses y de que las sesiones sean breves, es el de asegurar una gran probabilidad de éxito y recompensa. El objeto de los otros pasos es el de garantizar que la recompensa ocurra cuando el éxito se verifique.

Deberes escolares. Al igual que las otras conductas discutidas anteriormente, la conducta respecto a los deberes escolares, es difícil de mantener porque las consecuencias directas asociadas a la conducta ocurren después en la escuela. La única consecuencia inmediata de los deberes escolares hechos en casa, puede ser la pérdida del tiempo libre. La primera pregunta que hay que hacer es qué consecuencia positiva se podría adoptar para respaldar la conducta de los deberes escolares. Podríamos considerar algunos aspectos de la economía de símbolos descrita en el segundo capítulo, en la cual se otorgan al niño puntos o fichas por una cantidad de deberes escolares previamente especificada. Hay ventajas en semejante método porque permite que los padres dejen de prestar atención y, por ende, apoyar al retardo que usualmente complica semejante situación.

Además de las recompensas tangibles a corto plazo, habrá de existir algún proceso para decir al niño qué es lo importante en relación con la ejecución de los deberes escolares. La escuela ha inventado proyectos, experimentos y viajes para convencerlo de que las cosas que estudia en la escuela y en el hogar son realmente importantes y respetadas en el mundo exterior. Es importante que los padres proveamos experiencias y responsabilidades que le hagan ver al niño la utilidad de lo que está aprendiendo. Ciertamente, un niño de diez o doce años puede llevar la cuenta de cheques de la familia o efectuar las compras de alimentos. Esto, puede necesariamente involucrar un proceso en el que permitamos al niño la responsabilidad de desempeñar una tarea antes de que tenga los instrumentos necesarios. Por ejemplo, podemos asignarle la responsabilidad de llevar la cuenta de cheques y cobrar por ello. Pero, en el momento de sentarse a hacerlo, puede descubrir que no sabe los decimales y nos puede decir: "No puedo hacer esto porque no sé los decimales", a lo que podemos responder: "Necesitas conocerlos, déjame demostrarte cómo se hace." Es posible que no disfrute del proceso de aprender los decimales, pero al menos, ahora tiene una experiencia concreta del porqué es importante y útil aprenderlos, de tal manera que, cuando los aprenda, puede cobrar por ello. Cuando se enfrenta a la declaración bancaria, puede decir: "Me parece que no puedo calcular los porcentajes", lo cual aprovechamos para enseñar algo acerca de porcentajes a un niño que ahora sabe por qué debe aprenderlos. Este procedimiento despliega frente al sujeto el objetivo fundamental, dándole de esta manera una motivación. En seguida le enseña al individuo habilidades que debe tener para lograr dicho objetivo.

Hostilidad hacia la escuela. Un niño es infeliz cuando no rinde en la escuela. Por lo general, la gente se siente mal con las cosas que no puede hacer bien. Usualmente, a las personas que les gusta el golf son las que lo juegan bien, y lo mismo se puede decir del ajedrez o del bridge. Si nuestro hijo es infeliz en la escuela y empezamos solamente con una característica vaga y general, su infelicidad, nos será difícil encontrar una conducta que practicar y aprender, pero si empezamos con algunas de las conductas del niño, entonces la situación no parece tan imposible. ¿Cuáles son estas conductas? En la escuela, resolver correctamente los problemas de aritmética, deletrear con corrección y escribir legiblemente. En casa, son las mismas actividades que se aplican a las tareas escolares. Ahora es el momento de preguntar: ¿Qué sucederá luego? Ahora estamos pidiendo las consecuencias, los resultados y los eventos que se verifican una vez que ocurre la buena conducta. Cuando el niño deletrea correctamente una palabra correspondiente a una lista de palabras, ya sea en la casa o en la escuela, poco retroceso positivo ocurre, especialmente si se tarda tres semanas (o meses) para hacerlo. Pero ahora que nos enfrentamos a cosas más precisas que su infelicidad, incapacidad y falta de deseo, podemos explorar junto con él lo que sería recompensante de esas buenas conductas.

Como estamos estableciendo preguntas en términos conductísticos, la estrategia por medio de la cual esas conductas se pueden modelar, se hace evidente. El padre, por ejemplo, quiere que su jefe le proporcione más sueldo o más alabanzas, y la madre desea alabanza y otros tipos de aceptación social, tanto de su marido como de sus amistades. La pregunta importante formulada por el problema escolar es: "¿Qué quiere el niño?" Ciertamente, le gustaría el elogio y la aceptación, así como algo de dinero y otras recompensas más tangibles. Entonces, ¿por qué responde tan mal? La respuesta estriba en la relación entre lo que obtiene y lo que hace. En el caso de su padre, no hay duda de que el desempeño de su empleo está relacionado con la actitud de su jefe. En el de su madre, también existe una relación definitiva entre su actuación y otros eventos sociales agradables, pero ¿qué hay en relación con el niño? ¿Obtiene más o menos dinero como resultado de su actuación en la escuela? ¿Obtiene más o menos elogios o aceptación de sus padres como resultado de esa misma actuación? La diferencia obvia entre él y sus padres, es que para él siguen las consecuencias independientemente de su actuación. Este es un punto en el que el cariño de madre puede ser responsable de la rebelión del niño; darle su asignación semanal aunque no haya hecho lo que prometió hacer; proporcionarle cariño y atención paterna sin que haya hecho nada para merecerlo, es dar pie para que se produzca un nivel desastroso de actuación.

No sugerimos que se niegue al niño un poco de cariño o de atención, sino que se utilicen para fomentar su crecimiento. En el problema escolar, hay que aportar consecuencias a las pequeñas conductas que le permitan al niño descubrir que el problema se puede resolver. Para este propósito necesitaremos de una estrategia, de un plan de lo que habrá que hacer cada vez que el niño se comporte correctamente. Esta estrategia debe abarcar el planeamiento de una situación en la que la probabilidad de una conducta correcta se lleve a su máxima expresión concediendo apoyos y consecuencias más a menudo.

8

Conducta para atraer la atención

Los padres pueden sospechar que parte de la mala conducta del niño ocurre porque de esta manera atrae la atención. El primer paso hacia la búsqueda de una solución debería ser el de preguntarse: "¿Por qué mi hijo no puede obtener la atención que necesita por medio de otro tipo de conducta?"

Una respuesta podría ser que el niño no recibe atención ni consideración en las actividades familiares hasta que la atrae sobre sí siendo emocional. En otras palabras, ha establecido esta solución para obtener lo que quiere porque no hay otras soluciones. Otra respuesta, que probablemente se ajusta más al caso, es que otro tipo de soluciones le proporcionan cierta consideración, pero la cantidad total de atención que recibe es pequeña, siendo que recibe más atención cuando se porta mal que cuando se porta bien.

El niño malcriado

El niño malcriado ha descubierto la manera de controlar la conducta de sus padres. La conducta que él mismo utiliza, usualmente es embarazosa para éstos y es emocional. La utiliza porque es efectiva. Si este es el caso, podríamos empezar a planear una estrategia haciendo un nuevo esfuerzo por definir las conductas buenas que se pueden recompensar. Otro método que podríamos implicar en nuestra estrategia es el de establecer una regla de extinción para el comportamiento odioso. Identifiquemos un aspecto del comportamiento que juzgamos malo y establezcamos una regla al respecto. Por ejemplo, si el niño empieza a llorar cuando se le va a privar de algo, eliminemos la posibilidad de que se opere cualquier cambio en nuestra decisión de privarlo de esa cosa en particular. Observemos que la regla identifica el llanto y no incluye el enfurecerse, los pucheros o cualquier otro aspecto del comportamiento odioso que pueda considerarse como parte de ser malcriado. Tratar de extinguir toda conducta mala inmediatamente, probablemente es impráctico, ya que la regla sería demasiado amplia y nos obligaría a considerar demasiadas conductas a la vez.

Recordemos que un niño malcriado lo es no por lo *mucho* que obtiene de sus padres, sino por la *manera* en que lo obtiene. Muchos hijos de familias pobres son malcriados, mientras que muchos otros de familias ricas no lo son. Quizás, el niño recibe posesiones materiales de sus padres sin que medie ninguna conducta determinada, o quizás las recibe cuando se porta particularmente mal. En el primer caso, ninguna regla o información acerca de la conducta es proporcionada al niño con las recompensas, de manera que debe ingresar en un ámbito inestructurado y resurgir con sus propias ideas de lo que es buena conducta. A veces, resurge con ideas muy pobres al respecto. En el segundo caso, cuando se dan recompensas por una mala conducta, una estructura y un proceso dan lugar a una conducta insatisfactoria. La segunda situación probablemente es más peligrosa que la primera, ya que, en la primera, cuando menos hay oportunidad de que el niño mismo descubra conductas aceptables y maduras.

Llanto

Las quejas, los berrinches y el llanto frecuente tienen algo en común: están dirigidos a los padres y son mantenidos, cuando menos parcialmente, por la atención que éstos les dan. En el caso del llanto, sin embargo, hay algunos aspectos físicos de la situación que aumentan o disminuyen su frecuencia. A este punto puede resultar útil nuestra libreta. Llevemos un registro de cuando hay llanto y anotemos las razones que lo originaron. Podemos sospechar qué parte de él se debe a la fatiga propia de las horas avanzadas del día o qué se está usando con una persona en particular de la familia y que sólo ocurre cuando dicha persona está cerca. Estas situaciones se pueden corregir; pueden presuponer cambios en el horario de la familia y no una manipulación de las consecuencias. Posiblemente, se le ha quitado al niño la siesta demasiado pronto, o es probable que su llanto se deba a que de esta manera hay más oportunidad de que uno de sus hermanos sea castigado. Todos estos respaldos de la conducta del llanto, eventualmente darán resultado a lo que conocemos como un "niño malcriado".

Tirar y lanzar

El acto de tirar y lanzar se menciona aquí porque es parecido a un número de otras conductas para llamar la atención. Un niño que arroja su cuchara desde la silla alta, ha descubierto una manera muy fácil de que su madre le haga más caso mientras que come. Nuevamente, el énfasis debe ser la definición de buenas conductas que reciban atención así como la extinción de las malas conductas.

Conducta durante la enfermedad

Cuando un niño se enferma, las reglas por las que recibe atención, usualmente cambian. Se reducen las exigencias de que haga las cosas por sí mismo y de que se cuide. Recibe todos estos privilegios porque está enfermo.

Si el niño se da cuenta de que obtiene ventaja cada vez que *dice* estar enfermo, nos metemos en dificultades. Habrá referencias a una enfermedad que no podemos verificar —dolor de cabeza, dolor de un brazo o malestar estomacal. Incluso él no podrá decir si está exagerando y utilizando ciertas conductas verbales para controlar la atención de sus padres.

En este caso también, las reglas positivamente establecidas que permitan al padre querer y atender a su hijo por buenas razones, son parte de la solución. Asimismo, se podrán destacar algunas de las consecuencias menos atractivas aunque lógicas de estar enfermo, cuando haya razón para sospechar. Por ejemplo, si dice que tiene una jaqueca, es probable que nuestra primera respuesta fuera que se acostara y se durmiera un rato en vez de ver televisión porque no puede hacer su tarea. Las sugerencias razonables deberían convertirse en una reacción consistente y rápida de nuestra parte ante un niño que empieza a usar el pretexto de la enfermedad para su provecho. Es difícil discutir con un niño acerca de si en realidad tiene dolor de cabeza. Prolongar la discusión simplemente aumenta la probabilidad de que se esté dando alguna recompensa por una conducta impropia. Si el niño afirma que tiene dolor de cabeza, es mejor actuar como si fuera cierto, pero ciertamente, sin recalcar los eventos que le serían beneficiosos.

Un niño siempre puede conseguir lo que quiere de comer, esté o no en el menú del día, arguyendo que le duele el estómago. Pero, si esta queja constantemente resulta en las limitaciones y restricciones que se usarían para un adulto, entonces será menos tentador simular un dolor de estómago.

El síndrome de "Linus"

El chuparse el dedo, al igual que los chupones, tiende a ser un instrumento para llamar la atención. Si se utiliza de esta manera, la estrategia debe abarcar la designación de buenas conductas que recibirán atención, así como un procedimiento de extinción para el acto de chuparse el dedo. Sin embargo, a veces, el chuparse el dedo debe considerarse como una conducta compulsiva y tratarse como las demás compulsiones que se discuten más adelante en este capítulo.

El padre, usualmente expone el problema del chupón en términos de cómo se puede desembarazar de él. A nadie parece importarle que un niño de un año de edad acarree por dondequiera su frazada predilecta, pero cuando el niño llega a su segundo o tercer aniversario, esta conducta puede convertirse en un problema. Primeramente, podríamos reconocer que rara vez se ve dicho problema en un chico de dieciocho años, por lo que, en la mayoría de los niños, desaparece con el tiempo. De esta manera, aunque podamos creer que estamos luchando contra una conducta muy emocional, permanente y quizás ligeramente perturbada, reconfortémonos con el hecho de que casi ningún niño continúa con esta conducta para siempre. Teniendo presente esto, preguntémonos si la conducta verdaderamente vale la atención que está obteniendo. Si no es algo que dañe al niño actualmente y si todo parece indicar que eventualmente lo dejará por sí mismo, ¿no es nuestra preocupación primariamente egoísta? No nos gusta porque nos avergüenza. Si después de haber considerado cuidadosamente estas preguntas, todavía creemos que es tiempo de hacer algo acerca del chupón, entonces hay que considerar las siguientes alternativas.

Si estamos considerando quitarle al niño inmediata y bruscamente el chupón, pensemos en la reacción de Linus cuando Snoopy o Lucy le quitan su frazada. Es una reacción emocional. Es irrazonable, y es probable que atraiga mucha atención, aunque parece ser que no es así en la tira cómica "Peanuts". Por lo tanto, el peligro de despojar inmediatamente al niño del chupón, es que es probable que se dé pie a conductas odiosas, y cuando esto sucede, se pueden recompensar con una atención desmedida.

La segunda alternativa para la eliminación del chupón es la de presentar alguna técnica de desvanecimiento que se pueda forzar. Podríamos empezar por limitar las ocasiones en que se podrá disponer del chupón. Podríamos decir que a partir de la hora en que el niño se levanta en la mañana, hasta las 7.30 a. m. no podrá usarlo, pero que después de esa hora puede hacerlo. También podríamos establecer que durante la segunda semana, no será sino hasta las 8.00 a. m., cuando podrá usarlo, para luego ir aumentando el intervalo diariamente, pero siempre empezando por la mañana, cuando el niño está descansado.

Otra forma de usar una técnica de desvanecimiento, es la de limitar en qué parte se podrá conseguir el chupón. Esta técnica es parecida a la que se utiliza para reducir el hábito de fumar de los adultos, designando una "silla para fumar". En este procedimiento se usa una silla que se considera como el único sitio de la casa en que se puede llevar a cabo el acto de fumar. Además, cuando el sujeto se encuentra instalado en esa silla, no puede nada más que fumar. Nada de conversación ni de lectura, ni de televisión. Por ejemplo, podríamos designar una silla de la sala como el único lugar en que se puede usar el chupón. El problema con esta técnica es que debemos planear qué consecuencia ocurrirá si el niño rehúsa jugar las reglas del juego. Si se quita de la silla prevista llevándose el chupón, ¿qué haremos? Quitárselo. De cierta manera, el procedimiento recompensa al niño por sentarse en una silla, permitiéndole el chupón allí. Al principio, se puede quedar en la silla durante mucho tiempo, pero se cansará pronto. Como podemos ver, la solución se vuelve importante y consumidora de tiempo en comparación con el tamaño del problema.

Berrinches

Un berrinche es uno de los ejemplos más obvios de mal comportamiento que es mantenido con recompensas, y asimismo la recompensa más obvia es el objeto que exige el niño. Si se sale con la suya (y con el juguete) con un berrinche, lo más probable es que la próxima vez que quiera hacer su voluntad, vuelva a hacer otro. Una fuente más sutil de recompensa al berrinche, es la atención que los padres le prestan. En dicha atención se incluye no sólo el consuelo que se le brinda sino también la reprimenda que se puede hacer al niño para acabar con su pataleta. Cuando una petición es hecha por un niño que ocasionalmente hace berrinches, los padres deben tomar una decisión cuidadosa. Si deciden denegar la petición, entonces no hay que permitir que el berrinche altere dicha decisión. Responder a un niño así, diciéndole: "Voy a pensarlo" o "Tendremos que esperar a que tu padre llegue a casa", es dar pábulo a una situación en la que es muy probable que el niño haga un berrinche. En cierta forma, el retardar la decisión es cuando menos una denegación temporal a la petición, pero se hace de una manera débil, y por lo tanto el niño se ve tentado a luchar por lo que desea. Como la criatura ocasionalmente hace berrinches como una reacción a la denegación, podemos descubrir que los hace como una reacción al solo hecho de que no le hacemos caso por un rato. La emocionalidad es una reacción común a los problemas para los que aparentemente no hay solución. Al hacer a un lado al niño, durante unas horas, negándole una respuesta, hemos establecido una situación en la que no hay solución durante un largo período de tiempo, lo cual basta para provocar el berrinche. Así pues, nuestra renuencia a dar una respuesta directa puede complicar aún más el problema.

Otra complicación de ignorar a un niño que ocasionalmente hace berrinches, es que la falta de decisión puede dejar al niño sin nada específico que hacer. Es difícil para un niño hacer a un lado una línea de actividad y adoptar otra mientras toman una decisión quienes lo dirigen. Sigue quejándose y refunfuñando porque no tiene nada más que hacer y porque trata de acelerar la tan esperada decisión. La falta de algo que hacer es una frustración, y la queja se puede convertir rápidamente en un berrinche. Una vez que hemos dado respuesta a la pregunta o petición del niño, es probable que ya no atraiga nuestra atención, a menos que se comporte de una forma estentórea. En el capítulo quinto, se utilizaron los berrinches como un ejemplo del valor de recompensa que tiene la atención. También se señaló la manera en que se forman, a partir del llanto y de la queja simples. Si los padres deciden permitir al niño que llore y esperar hasta que llegue a un máximo de llanto fuerte y prolongado, entonces lógicamente están exigiendo que el niño llore más fuerte y durante más tiempo para obtener la atención de ellos, y el niño lo sabe.

Temores

Una de las mayores dificultades al enfrentarse a los temores irrazonables de los niños, es que los adultos olvidan que los mismos son también conductas. Son resultado de la experiencia, son seguidos por consecuencias y se observan en los demás. Usualmente, los temores resultan de una combinación de factores, y algunos de ellos deberían recibir especial atención. En la mayoría de los casos, los temores de la infancia son aprendidos de los padres. Cuando un niño tiene un temor irrazonable, sus padres, por lo general tienen el mismo temor a un grado irrazonable. Así pues, la primera pregunta que hay que hacer es: "¿Aprendió el temor de mí y sigo siendo su ejemplo?"

Una segunda pregunta que hay que formular es la ya familiar de: "¿Qué es lo que va a suceder en seguida? ¿Quiere dormir con nosotros cuando tiene miedo a la obscuridad? ¿Permanecemos con él en su habitación cuando tiene miedo a quedarse solo? ¿Lo cargamos cuando hay perros alrededor?" Todas estas reacciones son formas aceptables de ayudar a un niño en un momento difícil, pero si se vuelven costumbres, el amor que las motivaron puede dar pie a una mala conducta.

Una tercera pregunta tiene que ver también con las consecuencias, pero en este caso, la conducta puede ser muy diferente del miedo. ¿Tiene miedo el niño de estar solo porque en el pasado se ha castigado su mala conducta dejándolo solo en un cuarto? Consideremos el temor a que lo acuesten y lo dejen solo. Quizás se le ha castigado repetidamente en esta situación por no quedarse dormido, por hacer ruido en la noche, por orinarse en la cama o por masturbarse. Estos castigos no se pueden anular, pero nos sirven para entender mejor los miedos actuales de nuestro hijo, así como para evitarlos en el futuro.

Como ya hemos subrayado, la primera pregunta que hay que hacer en la sesión de estrategia es si el problema es o no es lo bastante serio como para que le demos atención. Si decidimos que no lo es, entonces hay que vigilar nuestras reacciones para asegurarnos de que no tendremos ninguna reacción seria a las futuras ocurrencias de la conducta emocional.

Cuando el problema es un temor específico, otra pregunta sería la de si el objeto o situación temidos se pueden evitar con facilidad. Si el niño tiene miedo a la obscuridad, ¿tiene algo de malo dejar en su habitación una luz encendida? La estrategia opuesta —forzar en el niño un objeto o situación temidos—, usualmente no es efectiva.

Arrastrar a un niño que chilla y patalea, cerca de un perro, para demostrarle que la mayoría de los canes son buenos, solamente sirve para que el niño nos tema a nosotros tanto como a los perros.

La mayor parte de los temores de la infancia desaparecen naturalmente como resultado de diversos grados de exposición al objeto temido. Sin embargo, los padres deben tener presente que la conducta emocional solamente desaparece si no hay un aspecto que busque atención en las consecuencias, que mantenga el temor.

Compulsiones

Compulsiones tales como morderse las uñas, retorcerse el pelo, picarse la nariz y morderse los labios, usualmente son mantenidas en parte por la atención paterna y por no tener nada más que hacer. Son conductas para matar el tiempo y ocasionalmente son recompensadas por los padres. Al igual que el tartamudeo, estas conductas aparentemente se magnifican con las presiones sociales y las situaciones apresuradas. Las situaciones tensas en las que el niño no tiene nada que hacer, presentan la más grande oportunidad para una conducta compulsiva. Si también existe algo de atención de los padres, una compulsión puede convertirse en un problema peliagudo. Antes de que empecemos a explorar las estrategias que podrían usarse para tratar una conducta compulsiva, habría que considerar con sumo cuidado, si se trata o no de una conducta compulsiva seria. Inadvertidamente podemos aplicar una nueva atención a la conducta compulsiva con el solo hecho de empezar a formular una estrategia al respecto. Así pues, nuevamente, nuestra pregunta debe hacerse en torno a si el problema es lo bastante serio que requiera una estrategia de cambio.

Si creemos que la compulsión merece interés, entonces podríamos probar una de las siguientes estrategias. El primer sistema, y también el más apropiado, es el de considerar las situaciones en las que ocurre la compulsión y determinar si algo de nuestras reacciones ante la conducta del niño, podría aliviar parte de la tensión en tales ambientes. Junto con esta estrategia podríamos considerar qué conductas son las que deseamos en esas situaciones y qué oportunidades hay para que éstas se produzcan. Otra estrategia utilizada con frecuencia es la de recompensar la falta de conducta compulsiva. Por ejemplo, una señora prometió dar un dólar a su hijo si dejaba de morderse las uñas, lo bastante como para que hubiera necesidad de cortárselas. Como esta exigencia de conducta parecía un poco demasiado grande para tratarse de un primer paso, también se le ofrecieron cinco centavos por cada uña que necesitara cortarse.

Este tipo de contingencia directa sobre una conducta compulsiva, debe usarse con cuidado. Siempre hay tendencia a hacer algo más que establecer la regla, y los regaños aseguran que habrá algo de atención verbal en relación con los errores. Como es el caso de cualesquiera de las estrategias antes mencionadas, hay que evitar toda atención social a la compulsión.

Recordemos que si un niño se ha decidido a trabajar por la atención que ello le acarrea, entonces —cuando menos desde su punto de vista— no está obteniendo bastante atención. Si se elimina la atención que se da a la compulsión, habrá que darse a otra conducta que sea más agradable.

Tartamudez

La tartamudez, cuando menos, está parcialmente relacionada con las presiones sociales de una situación y usualmente ocurre, con más frecuencia, cuando el sujeto se encuentra en una discusión, en una situación social intensa o en una prisa por comunicarse con alguien. De esta manera, aunque hay muchos aspectos del problema de la tartamudez que requieren atención profesional, la gente que rodea al tartamudo le proporciona alguna de las razones para que tartamudee.

La situación se puede aliviar parcialmente si se permite al tartamudo que pase bastante tiempo con su familia para que pueda haber una buena conducta. Es fácil impacientarse con un niño que todavía no ha adquirido la destreza verbal para hablar al ritmo de velocidad que exigen los adultos. Si seguimos permitiéndole que goce un mínimo de tiempo para que ocurra una buena conducta, entonces, probablemente tendremos poca oportunidad de recompensar buenas conductas. El completar las oraciones de un niño que vacila, o el ofrecerle vocabulario cuando no puede, por el momento, encontrar la palabra justa, es la forma más segura de comunicar nuestra impaciencia. Aprendamos a dar tiempo al tartamudo.

Para el tartamudo ocasional puede haber incluso más situaciones específicas que las antes descritas. Por ejemplo, muchas personas no tartamudean cuando tratan con sus familiares, pero empiezan a tener dificultades en cuanto se encuentran en situaciones públicas. Si este es el caso de nuestro hijo, nuestra familia puede ayudar con la necesaria técnica de desvanecimiento, al proporcionar una atmósfera similar a la que previamente se describe cuando el niño se encuentra en situaciones públicas.

Hábitos rítmicos

Hábitos tales como golpear con un lápiz, mover el pie y mecerse al ritmo de la música, son pasatiempos comunes de los niños. En caso de que nos molestaran, hay que comprender que son cosas demasiado triviales para preocuparnos. Son las costumbres comunes de niños saludables y llenos de energía.

No obstante, en sus extremos, estas costumbres pueden alcanzar tal frecuencia que llegan a competir con conductas más productivas, por lo que pueden ser físicamente peligrosas para el niño. Usualmente, el término "compulsión" se aplica a este tipo de conducta, pero la idea de una conducta compulsiva implica que la motivación para dicha conducta procede del interior del sujeto.

La mayoría de las madres que tienen hijos con estas costumbres, pueden recordar el principio de ellas, como algo menos frecuente y no compulsivo. Usualmente, un padre extremadamente preocupado tachaba de problema dicha costumbre rítmica antes de que en realidad se convirtiera en tal. De hecho, se convirtió en un problema porque tachaba de tal a la costumbre. Este cambio puede ocurrir porque tan pronto como la costumbre se rotula como problema, los padres empiezan a prestarle mucha atención. Se convierte en un truco por medio del cual el niño llega hasta sus padres. El desesperar a los padres puede traer como resultado un tipo punitivo de atención o alguna reacción más positiva, pero de cualquier manera, el hábito rítmico se refuerza con otras posibles conductas.

De esta manera, el hábito rítmico cae dentro de la categoría de una actividad que busca atención, por lo que el procedimiento de extinción de esta actividad tendrá que ser acompañado de una buena conducta designada para ser recompensada con atención.

Retiramiento

Un niño demasiado quieto que pasa gran parte del tiempo solo, puede convertirse en una gran preocupación para sus padres. Como se observó en el capítulo quinto, la conducta con la que hay que luchar en el niño "introvertido o retirado" puede ser que no sea esa introversión o retiramiento, sino más bien las conductas que ocurren una vez que sale de su soledad. Lo que importa es la consecuencia por salir de su concha. La sesión de estrategia, entonces, debería planear recompensas e incentivos para aquellas conductas que el niño observa cuando no está retirado.

Entrenamiento sanitario

La mayoría de los psicólogos consideran que el entrenamiento sanitario es una de las facetas cruciales de la rebelión infantil porque así todos parecen considerar que se trata de una época emocional. Si consideramos las conductas que ocurren durante el entrenamiento, sin embargo, descubrimos que las conductas emocionales son más bien las de los padres y no las de los hijos. El hecho de que los padres consideren el entrenamiento sanitario como una faceta crucial, lo hace algo crucial verdaderamente.

Si hay emocionalidad de parte del niño, puede ser debido al castigo que los padres le infligen por sus "errores". El castigo es, por lo general, acompañado de una gran dosis de emoción, lo cual hace que la situación sea de rompimiento, tanto entre los padres como entre los niños. De esta manera, sería mejor maximizar las posibilidades de dar recompensas por conductas exitosas y minimizar las probabilidades de cometer errores y castigar a un niño emocionalmente por ellos.

Primeramente, necesitamos saber de alguna manera cuándo es probable que haya éxito. Como se señaló en el capítulo segundo, la mejor forma de determinar la cronología, es la de colocar una tarjeta por encima del cubo de los pañales en el baño, teniendo cuidado de tener un lápiz a la mano de manera que podamos hacer anotaciones. En la parte superior de dicha tarjeta, escribamos las horas del día, desde que el niño se levanta por la mañana hasta que se acuesta. Si solemos poner una rayita cada vez que orina y una cruz cada vez que defeca cuando depositamos un pañal sucio en el cubo, podemos empezar a darnos cuenta de a qué hora del día suceden dichos eventos. Después de muchos días de llenar la tarjeta, podemos cerciorarnos de cuál es la mejor hora de colocar al niño en el retrete. Ahora, cuando menos ya no lo pondremos cuando sabemos que no habrá nada, y no tendremos que esperarlo durante largas horas.

Cuando empecemos a aprender, no dejemos de seguir llenando tarjetas. Sigamos reuniendo información y asimismo inventemos alguna otra señal para indicar cuándo el niño tiene éxito.

¿Qué consecuencia usaremos para los éxitos? Cuando nuestro hijo tiene de dos a tres años, es mejor utilizar una recompensa concreta para motivarlo a aprender. Por lo tanto, se sugiere seriamente que coloquemos en el baño un frasco con caramelos. Por cada pequeño éxito, le damos un caramelo, o incluso pongámoselo en la boca, ya que lo inmediato de la recompensa es extremadamente importante. ¿Qué nivel de conducta debe exigirse para estas primeras recompensas? Nuevamente debemos estar seguros de que nuestras peticiones son lo bastante fáciles para que haya alguna recompensa aun el primer día, aunque sepamos que una visita exitosa al retrete no es probable entonces. De esta manera, podríamos empezar recompensando al niño por el solo hecho de sentarse en el receptáculo.

A algunos niños se les ha expuesto tanto tiempo a una experiencia emocional de entrenamiento sanitario, que ni siquiera se acercan al retrete, y a veces ni al baño. En tales casos, habrá que empezar con el procedimiento de desvanecimiento en alguna otra situación. Por ejemplo, podríamos empezar dando al niño un pedacito de caramelo por sentarse en un receptáculo en su propia habitación, en seguida en el pasillo, luego en el baño, para terminar en el retrete. Recordemos que el procedimiento de desvanecimiento es honesto y que los cambios a las reglas deben advertirse de antemano, por ejemplo: "Mañana voy a llevar el receptáculo al baño, y allí te puedes sentar para que cojas tus caramelos." Establezcamos este cambio en las reglas en el momento de darle la última recompensa por haberse sentado en el receptáculo colocado en su habitación. No cambiemos las reglas repentinamente. Advirtámosle, y hagámoslo a tiempo, esto es, cuando se está dando otra recompensa.

Desde el punto de vista de los padres, probablemente hay dos tipos de accidentes. El primero es aquel en el que el niño "avisa" a su madre demasiado tarde para llevarlo al baño. En este caso, el niño ha desempeñado parte de la conducta que queremos, por lo cual habría que recompensarlo, cuando menos por haber avisado. Dicha recompensa debe ser concreta así como social. La otra clase de accidente es descubierta por la madre después que ha ocurrido; el niño no ha avisado. En este caso parecería indicado un castigo, aunque hay que advertir

que el castigo sólo tiene efecto cuando se usa de forma inmediata y consistente, y en vista de la forma en que se ha descubierto este tipo de accidente, usualmente es demasiado tarde para utilizar cualquier consecuencia. Por lo tanto, no se aconseja ningún castigo en este caso. Se le debe decir al niño que ha cometido un error, pero sin castigarlo, reprimirlo ni gritarle.

Cama mojada

A menudo, la cama mojada constituye un problema médico, ya que ciertas infecciones en la vejiga y en el tracto urinario, provocan la orina sin control. Por lo tanto, una de las primeras pruebas a la que se debe someter este problema conductístico, debe ser un análisis de orina. Cuando estemos seguros de que no hay ningún padecimiento físico involucrado en el asunto de la cama mojada por el niño, podríamos consultar el catálogo de Sears en busca de un instrumento inofensivo que es muy eficaz para el control de la orina. Este aparato consiste en dos pedazos de papel metálico forrados por dentro con fibra de vidrio, el cual se coloca bajo las sábanas y no incomoda para nada al niño. En cuanto empieza la urinación, la humedad en el forro de fibra de vidrio activa una especie de timbre, muy parecido al de los despertadores. Como la urinación empieza de forma intermitente, todavía hay tiempo para que el niño se levante y vaya al baño como debe ser. Durante unos días, este aparato ayuda al niño a controlar la orina, despertándolo para que vaya al baño. Se ha descubierto que es sumamente efectivo para niños normales que no padezcan de enfermedades del tracto urinario.

El que los niños mojen la cama no debe considerarse solamente como un problema emocional básico. El hacer esto no es una excusa para no hacer algo que ayude al niño. Muchos padres observan que cuando el niño moja la cama tiene que ver con el día que tuvo, o con el hecho de que se encuentre o no en su propia cama. Así pues, la conducta de la "cama mojada" no es tan "incontrolable" como el niño (y algunos adultos) nos quieren hacer creer.

Además de utilizar este aparato, la simple consecuencia de hacer que el niño cuide su propia cama (cambiarla y volverla a hacer) ha tenido éxito. Algunos padres se han empeñado en que el niño que moja la cama tome parte, en la medida de sus fuerzas, en el lavado de las sábanas. Esta estrategia es lógica y directa, y constituye una buena educación para el niño. A más de esto es un medio directo para el niño que es supuestamente "demasiado flojo para levantarse". Si la pereza es un problema, entonces habrá que subir el precio que por ella se paga. Afortunadamente, este precio se puede subir de una forma lógica y no punitiva.

Saturday
Chores
1 pick up
2 make bed
3 dust

9

Expansión de las responsabilidades

Cuando un niño aprende a hacer tareas y a desarrollar costumbres de todos los días, se produce un beneficio doble. Le enseñan algo acerca del manejo de su propia vida y benefician a los padres al quitarles un poco de carga. A causa de este doble beneficio, algunos padres tienen sentimientos mezclados en lo que respecta a exigir tareas. A veces creen que las recompensas por tareas hechas son innecesarias, pero al mismo tiempo sienten algo de culpa por los beneficios personales que obtienen.

Los padres deberían comprender, sin embargo, que el manejo de las tareas diarias requiere un plan de recompensas de la misma manera que cualquier otra conducta. Además, no deben sentir culpa en cuanto a los beneficios personales, ya que es mejor entrenar gradualmente al niño con recompensas que enfrentarlo con brusquedad a la realidad de las cosas odiosas, posteriormente.

Limpieza de la habitación

La costumbre del niño de mantener ordenada su habitación, empieza la primera vez que sus padres le ordenan que recoja sus juguetes. Cuando se hace esta petición y el niño obedece, en ese momento, los padres disponen de su primera oportunidad de proporcionar consecuencias por esta conducta correcta y, por ende, de moldear la probabilidad de que vuelva a ocurrir en lo futuro.

Las recompensas sociales son, por supuesto, las que de ordinario se utilizan en esas circunstancias, y pueden ser muy eficaces. No obstante, a veces se necesita una recompensa concreta para que la tarea sea ejecutada en su totalidad. Desgraciadamente, los padres, por lo general, sólo están dispuestos a otorgar esta recompensa cuando la tarea está terminada, lo cual lleva al problema de definir qué es una tarea terminada.

La manera más efectiva de planear la recompensa de algún deber general del niño es preparar una lista donde se enumeran detalladamente las cosas que hay que hacer para dar por terminada una tarea en particular. En lo referente a la limpieza de la habitación, la lista debe mencionar "que la colcha quede bien restirada; recoger los juguetes; que las lámparas, sillas y artículos de escritorio estén en su lugar; que el suelo esté barrido o que se le haya pasado la aspiradora y que la ropa esté colgada en su sitio". Si se coloca esta lista en la habitación del niño, de manera que pueda ver qué es lo que tiene que hacer todavía, podemos evitar los regaños y el tratar de vencer su resistencia a ejecutar cada una de las pequeñas tareas, y asimismo podemos formar una regla honesta acerca de las consecuencias. Dicha regla puede consistir en que una vez que cumpla con lo estipulado en la lista, se le puede recompensar con algo. Hay que aprobar este tipo de listas a cierta hora del día. La regla referente a la limpieza de la habitación debe contener una cláusula que no permita que el niño se tarde demasiado en ejecutar sus deberes ni que los padres lo regañen. Si a una cierta hora todavía no se han llevado a cabo todos los puntos estipulados en la lista, no habrá consecuencia positiva.

Es importante recalcar que los padres pueden encontrarse continuamente agitados si elaboran una descripción muy detallada de los diversos hábitos de pulcritud del niño. Deben ser extremadamente tolerantes en cuanto a las conductas que puede observar el niño. Además, ¿cómo puede interesarse éste en limpiar su habitación si todos los muebles que hay en ella han sido elegidos por sus padres, dispuestos por ellos, limpiados por ellos y aprobados por ellos? Si se trata de *su* habitación, entonces se sentirá más responsable si se le permite tomar algunas decisiones acerca de cómo se ve y qué es lo que hay que poner en ella. Así pues, no seamos demasiado exigentes cuando elaboremos la lista para la limpieza de la habitación. Sería mejor dejar al niño la decoración y organización de su habitación, de manera que pueda interesarse personalmente en el proyecto. Si el niño siente que solamente está llevando a cabo deberes que nosotros deberíamos ejecutar ya que somos quienes tomamos la mayoría de las responsabilidades, descubriremos que es algo imposible enseñarle a cuidar su habitación.

Vestido

En el vestido, al igual que en el cuidado de una habitación, es importante contar con un margen de individualidad. Es difícil interesarse vitalmente en un proyecto que es idea y responsabilidad de otra persona. Si somos nosotros los que elegimos toda la ropa de nuestro hijo, la compramos, la lavamos y la planchamos, no nos sorprendamos de que no parezca interesarse en lo que se pone o en cómo se ve.

Una de las mejores maneras de controlar el modo en que se viste un niño, es el de llevar una conducta mancomunada. Esto es, cada dólar que el niño quiera gastar en su ropa, se une a otro que nosotros los padres aportamos. Cuando el niño compra ropa, utiliza su propio dinero, pero con el ahorro conjunto mencionado reúne una cantidad substancial con la que puede comprar algo que valga la pena. Si también se le permite participar en la toma de decisión que acompaña a la compra, puede ser que aumente su interés en cómo se ve.

Aunque la noción del ahorro conjunto antes expuesta, usualmente aumenta el interés y responsabilidad que el niño siente en relación a sus propios vestidos, puede presentarse un problema adicional si no los cuida. El cuidado de la ropa es algo que se puede incluir en la lista que se usa para la limpieza de la habitación y por lo tanto se puede controlar con alguna consecuencia positiva. Entre las dos nociones de consecuencia positiva y de la oportunidad de sentirse responsable, se puede evitar en gran parte el problema de la pulcritud.

Sueño

En los problemas en relación con el sueño, puede influir el ejercicio y la falta de sueño del niño. Así pues, el primer punto es no enfrentarse al problema como si en él pudieran influir las consecuencias, sin más bien hacerlo como si fueran las conductas demostradas por el niño durante el día las que influyeran en ello. ¿Está listo para dormir? Esta es una condición sobre la que los padres pudieran ejercer algo de control, pero usualmente no lo hacen. La cantidad de ejercicio que un niño lleva a cabo durante el día puede ser alterada por las reglas referentes a sus juegos. En lo que deja de dormir puede influir la rigidez o liberalidad de las reglas acerca de la hora de la siesta. Algunas veces, los padres creen que de cierto modo están en las manos del destino con respecto a cómo se siente su hijo a la hora de acostarse, pero en realidad, ellos constituyen la influencia más grande en el ánimo del pequeño.

Muchas de las conductas relacionadas con la hora de acostarse, son una variedad del asunto de llamar la atención. Los sollozos, el golpearse la cabeza y el estar pidiendo agua, son conductas que hay que mirar con sospecha. A menudo, estas conductas han sido cultivadas por los padres, quienes prolongan la actividad de sus hijos. En este último suceso del día, muchos padres sienten repentinamente que no le han dado al niño suficiente tiempo, por lo que le hacen concesiones. Si nos sentimos de esta forma, cuando menos deberíamos tratar de tener al niño con nosotros durante este intervalo agradable para conversar con él o jugar en algún sitio de su habitación o de la casa.

Debe haber alguna señal que indica que es hora de irse a la cama para que el niño lo haga. Dicha señal es el proceso de llevarlo a su habitación y acostarlo. Esto no quiere decir que las canciones de cuna, el mecerlo o darle palmaditas sea necesariamente malo. Sin embargo, los padres deben observar cuidadosamente el *porqué* incurren en tales conductas. Si dichas conductas tienden a proporcionarse al niño cuando llora o protesta, entonces los padres estarán cultivando algo que no les puede gustar.

Debemos tener cuidado respecto a la hora en que el niño se vaya a la cama, pues de otra manera se convertirá en una regla que pide a gritos ser violada. Si elegimos una hora determinada para que el niño se acueste, hagamos las cosas de tal manera que pueda disponer de un margen de tiempo. La hora en que se vaya a acostar en una noche determinada, depende de nosotros y no de él. Esto es, la hora de acostarse no debe ir en función directa de su conducta, como sería el acostarlo temprano como castigo a su mala conducta. Siempre debe tratarse de una decisión general tomada por nosotros mismos en consideración de lo que hay que hacer, de lo cansado que se encuentre y de la hora en que se tiene que levantar al día siguiente. El utilizar la hora de acostarse como un castigo a una conducta incorrecta, lo único que hace es reforzar el punto de vista del niño de que la cama es un sitio malo para ir.

El niño puede rehusar irse a acostar por varias razones. Puede ser que no esté cansado o bien puede recibir mucha atención si retarda la idea a la cama; o puede haber consecuencias que se presentan por la mañana *después* de haber pasado la noche en la cama. Por ejemplo, una madre se quejaba de que su hijo se estaba en la cama la mitad de la noche sin dormir. Decía que no la llamaba ni le hacía peticiones innecesarias, sino que solamente permanecía acostado sin dormir. Cuando iba a verlo durante la noche para ver cómo estaba, a menudo lo sorprendía perfectamente despierto. Lo que pasaba era que se le habían dado muchas consideraciones especiales a resultas de su insomnio. La señora había pedido a su marido que no fuera demasiado duro con él. También había enviado una nota a la maestra del niño justificando su falta de rendimiento en la escuela a causa de su falta de sueño. También expuso que a menudo reprendía a sus otros hijos por darle a su hermano momentos desagradables cuando estaba tan cansado. Empezó a darse cuenta de que le estaba proporcionando una razón poderosísima para que el niño siguiera perdiendo el sueño. Le daba demasiada protección porque la criatura no dormía lo suficiente.

Se ha demostrado que otros ejemplos de insomnio infantil están relacionados con las consecuencias que los padres proporcionan.

Por ejemplo, un niño al que se ha castigado severamente por haber tenido poluciones nocturnas o por masturbarse, a menudo evita con todas sus fuerzas irse a acostar. Esta situación probablemente está relacionada con el hecho de que cuando el niño se acuesta, se pone en una situación en la que puede verse tentado a hacer algo malo, lo cual, a su vez, lógicamente es sancionado.

Para producir una mejor conducta de sueño es esencial evitar el castigo a conductas como las que se acaban de exponer. El procedimiento requiere mucha paciencia de parte de los padres. A la larga, por supuesto, el objetivo es el de permitir al niño que determine sus costumbres de sueño, y por lo tanto, asimismo consiste en eliminar todas las consecuencias a dichas conductas.

Alimentos

Las maneras a la mesa y las conductas sociales van a menudo de la mano. Un niño que come de una manera sucia usualmente interrumpe la comida con gritos. Cuando semejante desatino social se produce en la mesa, es probable que los padres presten demasiada atención al transgresor a través de reprimendas, castigos y otras amenazas que llevan por fin suprimir la mala conducta. No obstante, la atención selectiva a la mala conducta, ayuda a perpetuar una batalla a la hora de comer que divierte a los niños y disgusta a los padres.

El deterioro de la atmósfera en la hora de las comidas por la mala conducta y los consecuentes castigos, parece ser particularmente efectiva para hacer que los miembros de la familia sientan que toda la situación es deplorable. El formularse las siguientes tres preguntas puede arrojar algo de luz sobre los problemas que se suscitan a la hora de las comidas.

¿Tienen apetito las personas que dan la nota a la hora de la comida cuando vienen al comedor? Esta pregunta puede sugerir que hay veces, ya sea antes o después de las comidas, en que los padres podrían posponer el comer para que la presentación de los alimentos a la hora de la comida (trátese de almuerzo o cena) sea más importante.

¿Cuáles son las conductas de los niños que hay que atender durante las comidas? Esta pregunta debe contestarse en función a las conductas a las que hay que hacer caso, así como a cuáles son las malas conductas que revisten cierta importancia. Habrá que pensar detenidamente para decidir qué mala conducta debe recibir una atención verbal en la mesa, y cuál debe ignorarse.

¿Cuál es el contexto social de la situación en la hora de las comidas? Para examinar esta pregunta desde el punto de vista del niño, ¿existe alguna conversación que sea de genuino interés para él? Si toda la conversación le es ajena, entonces, la probabilidad de que trate de llamar la atención es mayor porque *1)* no dispone de otro medio para llamar la atención en medio de esta conversación de adultos y *2)* la conversación lo ha excluido, de tal manera que en realidad no tiene nada más que hacer. Si la conducta es tan mala que decidimos utilizar un castigo como medio de controlarla, entonces hay que tener cuidado de no usar demasiadas amenazas verbales en relación con esa regla en el comedor. Cuando las amenazas verbales se prolongan, se convierten en el tipo de atención selectiva a la mala conducta, anteriormente expuesta. Si vamos a levantar a un niño del comedor y mandarlo a comer a la cocina cuando derrama su comida, entonces establezcamos la regla sencillamente y con las mismas palabras cada vez, en cuanto empiece a portarse mal. Si continúa con su mala conducta, cumplamos con la regla sin ninguna ceremonia. Si creemos que la ceremonia es necesaria (enojo aparente, trato duro, etc.), es porque creemos que la consecuencia no es suficientemente efectiva.

Dinero

Los niños son los más grandes miserables y materialistas. Esos pequeños banqueros de huchas que cuentan y recuentan los centavos que obtienen de sus padres, hacen que el rey Midas parezca un filántropo. Los niños no nacen con amor al dinero, por lo que es evidente que las conductas referentes al dinero deben aprenderse.

No es el respeto saludable que el niño siente por el valor y poder del dinero lo que asusta a la mayoría de los padres, sino que, más bien se trata de las maneras retorcidas en que algunos niños tratan de obtenerlo. Este retorcimiento puede deberse a que el dinero es la única recompensa que los padres les han dado explícitamente como tal. Posiblemente, este es el único incentivo que los padres saben utilizar consistentemente. Por lo tanto, el desafío de llevar a cabo una tarea específicamente establecida por una recompensa asimismo específicamente establecida, puede ser una de las principales motivaciones que existen detrás de la conducta del niño hacia el dinero.

En realidad no hay ningún problema en la utilización de esas reglas con relación al dinero, excepto que usualmente son de naturaleza definitiva o cuando menos se aplican sin consistencia. En una u otra ocasión todos los padres han pasado por el proceso de nombrar ciertas tareas que el niño pudiera hacer para ganarse una suma, y poco después este requisito se deteriora pero el niño sigue recibiendo la suma. De esta manera, usualmente, si un niño resulta con un problema de dinero, es porque se le da demasiado o porque se le da sin que haga nada para merecerlo. El dinero es una comodidad por la que eventualmente habrá que trabajar, y el que lo consiga sin hacerlo no constituye ninguna ventaja para él.

El utilizar una suma gradual (ver capítulo 10) nos permite aplicar reglas acerca de las recompensas monetarias que efectivamente pueden mantener las conductas. Este sistema puede producir una gran suma cuando el niño trabaja bien toda la semana, pero el hecho de que gane mucho dinero semanalmente no debe ser un motivo de alarma. Es una oportunidad

para expandir sus responsabilidades con el control de algunas de las actividades de su propia vida. No resulta necesariamente que tenga su dinero para gastar en lo que le dé la gana. Las cosas en las que debe afrontar los gastos pueden ir aumentando conforme su conducta, cada vez mejor, le hace ganar más dinero. A la larga, no es necesario que la suma crezca demasiado.

Al niño que recibe una cantidad insólitamente crecida para sus gastos, se le puede indicar que la utilice para comprar algo de su vestuario, para comprarse su almuerzo y diversiones y, por lo tanto, puede aprender algo acerca de los gastos cotidianos en vez de gastar su dinero en cosas especiales. De esta manera, incluso los niños pequeños podrían obtener dos, tres o cinco dólares a la semana con el sistema de semanada graduada, pero asimismo su responsabilidad en cuanto al destino de dicho dinero, puede ampliarse. Las tremendas ventajas de una actitud paterna semejante son que, gran parte de la conducta se mantiene y que el niño experimenta en cabeza propia algunos de los gastos más sutiles que hay que hacer.

Demora

La demora despierta la sospecha de que existen problemas de dos tipos de consecuencias. Primeramente, la demora puede ser algún tipo de conducta para llamar la atención, esto es, puede haber recompensa sin hacer la tarea. En segundo lugar, dicha demora puede ocurrir porque la mencionada tarea no ha sido recompensada.

La circunstancia más usual en la que un padre se da cuenta de que su hijo se demora, es cuando la consecuencia es el castigo. En este caso, el padre amenaza con castigo cuando el niño menciona algo acerca de no hacer su tarea. Esta amenaza actúa a manera de atención selectiva a la conducta de demora. Un incentivo más para la demora es que la tarea misma se hace solamente para evitar el castigo. Asimismo, cuando el niño termina su labor, también se acaba la oportunidad de demorarse y por ende de obtener más atención verbal de sus padres.

Los padres también podrían sospechar que la demora tiene una consecuencia aún más positiva: la demora eventualmente puede recibir recompensa *de los padres* por la ejecución de una tarea. Así, el problema de la demora se puede parecer a la situación del control del capricho mencionada en el capítulo 2. Lo más importante es que la demora no consiste en una *carencia* de conducta sino que es, por sí misma, una conducta con consecuencia.

Conducta en público

Hay dos razones para que la conducta observada por un niño en público, a veces sea diferente de la que observa en casa. La primera y más obvia de las dos es que las reglas que los padres hacen cumplir en casa no las hacen cumplir en público. Estas reglas incluso se pueden reemplazar por un conjunto de reglas más estrictas que se apliquen con menos consistencia. Además de los cambios en las reglas, a veces puede haber otras recompensas otorgadas por otras personas. Si una madre que se avergüenza fácilmente se abstuviera de hacer cumplir un determinado conjunto de reglas mientras hubiera un extraño que la observara, su hijo eventualmente aprendería a responder de manera diversa cuando hay personas extrañas que observan.

Un factor que complica las cosas en el problema de la conducta en público, se presenta cuando las reglas se han cambiado de tal manera que ya no son severas. La mayoría de las reglas que cambian cuando los padres están en un lugar público en compañía de su hijo, tienen que ver con las consecuencias que implican castigo. Tales consecuencias atraen cada vez más la atención de los extraños y por lo tanto hacen que el niño se coloque en una posición aún más conspicua. Su actuación pública en esos casos dramatizará cualquier emoción que el niño pudiera crear. Por ejemplo, podría tratar de jugar algún juego. En este caso parte de la atención se presta a la fuente de consecuencias comunes (los padres) mientras que la otra se presta a los extraños presentes. El cambio en la conducta de un niño estriba por completo en la noción de que sus padres están observando a las personas extrañas, las cuales asimismo influyen en sus reacciones.

Probablemente es importante señalar que la situación pública no debería originar ningún cambio particular en las reglas establecidas por los padres. Ninguna conducta emocional de parte del niño debe provocar una reacción única en los padres. Si ésta se produce, ya hay material para los berrinches. Cuando un niño trata de avergonzar a su madre por medio de una conducta emocional extrema, probablemente, el mejor recurso es el de quitar inmediatamente al niño de la situación pública. Esto puede significar que ella tenga que interrumpir sus compras asimismo que deban regresar, madre e hijo, a casa. Sin embargo, no hay que permitir que el niño siga con su conducta emocional extrema sólo porque se trata de un niño. En esas situaciones difíciles, probablemente es más útil preguntarnos cuál sería nuestra reacción si la persona problemática fuera un adulto y no un niño. La respuesta a esta pregunta aporta a veces los medios más razonables y honrados de tratar el problema.

Educación sexual

La tendencia actual en la educación sexual, como todo mundo sabe, es la de decirle al niño todo cuando es muy pequeño. Dicha tendencia puede ser un saludable desarrollo, pero lo importante es de qué manera influye esta educación en la conducta sexual presente y futura. Si creemos que hablar con el niño acerca de la conducta sexual, aumentará la posibilidad de que lleve a cabo dicha conducta, entonces probablemente embelleceremos nuestra discusión con muchas cautelas y amenazas acerca de las cosas malas y asquerosas que pueden suceder. Si vamos a decir tales cosas, entonces, quizás sería mejor que el niño permaneciera ignorante y no informado pero asustado.

La ignorancia acerca del sexo no es un estado natural, y el que nuestro hijo obtenga o no una educación sexual no es algo que podamos decidir nosotros. La televisión, los amigos y la escuela, todos contribuyen a este tipo de información.

Qué efecto equilibrador tendrán las enseñanzas de los padres sobre la conducta sexual presente y futura, depende del tipo de reglas que éstos establezcan. Si dichas reglas amenazan con castigos que sólo se podrían usar si los padres conocieran las conductas, entonces los niños aprenderán a guardar secretos. Si las mencionadas reglas amenazan con castigos por hablar de cosas sexuales en casa, entonces, los niños también aprenderán a quedarse callados.

Es imposible administrar las consecuencias si no consideramos las conductas. Por lo tanto, lo mejor que podemos hacer, en calidad de padres, es alentar a nuestro hijo para que nos diga lo que sucede de manera que podamos señalar las posibles consecuencias.

10

Los adolescentes y la independencia

La mayoría de los problemas del adolescente existen porque sus padres todavía no se han ajustado al hecho de que él ya no es un niño. Esta falta de comprensión se refleja sobre todo en las limitadas responsabilidades y oportunidades que se le dan para actuar como adulto en las actividades cotidianas de la familia. La queja que expresa un adolescente de que no tiene nada que hacer, no debería interpretarse como una carencia de diversiones sino como una queja acerca de la falta de oportunidades que tiene de desempeñar tareas que son recompensadas genuinamente por el mundo de los adultos y que él ya está preparado para hacer. Probablemente, la forma más rápida de alienarlo es la de no tomar en serio su potencial a contribuir a lo que hay que hacer en la familia.

Una de las razones por las que las muchachas parecen sobrevivir a la adolescencia con menos baraúnda que los varones, es probablemente que ellas contribuyen desde más temprana edad en las tareas domésticas. La masculinidad del muchacho que se observa en el hogar norteamericano, lo protege de cierta manera de que sea útil.

La falta de actividad del adolescente puede ser un gran motivo para la depresión que se experimenta en esta edad. Las personas que no tienen nada que hacer tienden a quejarse más y asimismo se deprimen con más facilidad.

Por lo tanto, debemos elaborar planes, pero planes creativos, para la adolescencia de nuestros hijos. Dichos planes deben girar en torno de nuevas responsabilidades y actividades que se le van a permitir ejecutar dentro y fuera del hogar. Ha llegado el tiempo de soltarle un poco la rienda.

Disminución de la influencia paterna

Gran parte de la preocupación de los padres acerca de sus hijos adolescentes, la constituye la relación que éstos tienen con sus amigos. Aunque la delincuencia juvenil está en aumento, el adolescente rara vez comete un crimen por sí mismo. Aunque la rebelión es característica de su edad, el adolescente casi nunca se rebela por sí solo, y aunque la aventura, el cambio y la novedad son los elementos más comunes en esa época, con muy poca frecuencia el adolescente los busca él solo. Se siente más a gusto con sus amigos y disfruta de la compañía de éstos, en parte porque ellos recompensan muchas de sus conductas y muy rara vez reprenden, corrigen o castigan, lo cual, por definición, significa que lo estiman. Cuando se encuentra con ellos se siente libre de la presión paterna. Hay pocas probabilidades de que haya reprimendas o correcciones por infringir las reglas sociales, ya que el infringimiento de las reglas sociales se considera parte de la ventura.

Ciertamente hay tabúes entre los adolescentes, y existe una vigorosa cultura social que indica lo que hay que usar y cuándo, y lo que hay que decir y cómo. Cualquier padre de una adolescente ha sido testigo de la gran preocupación que muestran sus hijos adolescentes cuando creen que van a violar una de esas preciosas reglas. Sin embargo, dichas reglas son sencillas y pocas. Por otra parte, si el adolescente debe obedecerlas, también puede hacerlas cumplir. Como existe este justo equilibrio entre obedecer y hacer cumplir, la situación le parece fácil de soportar y rara vez odiosa. Cuando está con sus congéneres, disfruta de muchas recompensas estipuladas por las reglas con las que él se muestra acorde. Asimismo ha descubierto una gran dosis de aceptación, poca amenaza, poco regaño y escasísimo castigo. Así pues, los padres ya no son la única influencia poderosa en las vidas de sus hijos adolescentes, por lo que siempre están buscando la oportunidad de ejercer su antigua influencia. Si se desea que el muchacho adquiera más práctica bajo la supervisión de sus progenitores, habrá que hacer planes al respecto con celeridad.

Los padres experimentan muchas reacciones cuando se dan cuenta de que ya no son la única influencia poderosa en la vida de sus hijos adolescentes, pero una queja muy común de su parte, es que su hijo pasa demasiado tiempo con sus camaradas. Los padres, a veces creen que el muchacho debería "estar haciendo algo que valiera más la pena", lo que por lo general significa "algo que nosotros recompensaríamos". Pero, ¿realmente se ha ideado una actividad semejante? Y, ¿se ha planeado una recompensa poderosa, o la designación de una actividad solamente significa que los padres han decidido algo nuevo por qué reñir al muchacho?

El reñir por algo nuevo usualmente da lugar a la incapacidad de producir algún cambio, y también acaba con el tiempo, por lo que no hay oportunidad de que se produzcan conductas buenas que se puedan recompensar. A este punto, los padres se ponen fatalistas. En vez de echar mano de algunas sesiones de estrategia para planear las cosas, cultivan hábitos que interfieren con las oportunidades de práctica. En este capítulo se describen estos hábitos.

El hábito de ya-estoy-muy-cansado-para-hacer-más, es característico de la depresión paterna. Usualmente resulta de no contar con ningún plan de consecuencias y de práctica, o bien, procede de prestar atención a tantas conductas que ninguno de los planes elaborados se llevan a cabo. Parece que hay muchas cosas que el adolescente no ha aprendido todavía, y que quedan muy pocos años. A menudo, la reacción paterna es la de tratar de arreglarlo todo, comentar todos los errores y proporcionar pocas recompensas ("de cualquier manera le damos mucho"), y, después de fracasar, los padres "se cansan demasiado". La única energía que les queda es para regañar. Para romper con esta costumbre, los padres deben centrarse en menos conductas del adolescente y proporcionarle una gran cantidad de recompensa social, en lugar de regaños. Algunas políticas familiares pueden ser útiles en esta situación, y en el capítulo 11 se hace descripción de ellas. Algunas veces, la respuesta de los padres al adolescente en crecimiento, es la de seguir proporcionando práctica y recompensa al comportamiento infantil. Por ejemplo, todavía pueden seguir orientándolo respecto a lo que debe ponerse, eligiendo por él las prendas en su vestuario e incluso diciéndole qué horas son. Es probable que continúen dirigiendo sus pequeños gastos, desentendiéndose, sin embargo, de lo que verdaderamente es importante en cuanto a gastos (ropa, alimentos, útiles escolares, cosas para su habitación, etc.). La excusa que dan usualmente por observar esta costumbre, es que el muchacho todavía no ha aprendido a la perfección las conductas más adultas, y por lo tanto, no se le puede dar más responsabilidad.

La vacilación de los padres en exigir una nueva independencia y responsabilidad, puede deberse a varios factores. Por ejemplo, puede ser que las estrategias nuevas ya no se estén planeando, o que, el riesgo de dejar hacer al muchacho cosas "reales e importantes" provoque demasiado temor en sus progenitores. Quizás, se deba también a que los padres vislumbran el fin de su responsabilidad cuando el hijo deja atrás la adolescencia y, por lo tanto, se muestren renuentes a dar este último paso para luego encontrarse conque ya no tienen qué hacer.

Para hacer que todo marche mejor para el hijo, los padres a veces continúan con las recompensas sin demandas conductísticas. Tales actividades reflejan la "costumbre de sacrificio de los padres", y dan pie a una situación irreal y cruelmente desorientadora que de ninguna manera prepara al adolescente para enfrentarse al mundo de los adultos. Esta costumbre se opone directamente a que el mundo penetre en la vida de aquél. Así pues, al tratar los problemas de los adolescentes, hay que recalcar la importancia que tienen las peticiones realistas con consecuencias asimismo realistas —tanto positivas como negativas.

Las acciones son más elocuentes

Uno de los errores comunes cuando se trata con el adolescente es el hacer caso y reaccionar ante las descripciones verbales que él mismo hace de su conducta e intenciones, en vez de que nosotros planeáramos nuestras reacciones y que nos interesáramos en su actuación. Semejante error en la estrategia a veces provoca una situación en la que al muchacho le parece fácil exasperarse haciendo una observación acerca de una conducta absurda que por otra parte, no tiene intención de llevar a cabo. Cuando mucho, esta estrategia servirá para recompensar la buena conducta verbal observada en casa, pero con todo, sigue siendo de poco efecto en el mundo exterior. En su parte negativa, hará que se preste atención selectiva a la mala conducta verbal observada en el hogar sin que tenga ningún efecto sobre la conducta observada fuera.

Es algo común que los padres exijan a su hijo adolescente que "hable bien" cuando las cosas parecen marchar mal. Estas "pequeñas pláticas" le enseñan que si sus padres quieren hablarle es probablemente porque de una manera u otra se ha metido en dificultades. Así pues, estos diálogos anunciados, tienden a tomar un cariz desagradable. Además, otra desventaja de las pláticas mencionadas es que se les quiere dar un giro de consecuencia. Se amenaza, se alza la voz y generalmente se le da un sermón. No obstante, esto no funciona tan bien como el castigo, porque es algo completamente desligado de la conducta y porque ocurre con muy poca frecuencia. Por lo tanto, no es sorprendente que dichas pláticas tengan poco efecto sobre la conducta que se discute, y que los adolescentes prefieran evitarlas. La orientación ejercida por los padres debe servir para que el chico no se meta en dificultades y para comprobar que todo marcha bien, y no para permitirle que crezca ni para darle un incentivo para que las cosas sigan bien.

Así pues, si no podemos hacer que nuestro hijo adolescente no se meta en dificultades, entonces sería mejor evitar las antedichas conversaciones. En vez de esto, desarrollemos una estrategia que no intente suprimir la conducta dificultosa, sino más bien, que tienda a recompensar las buenas conductas que se verifiquen. Empecemos a pensar en las cosas que él podría hacer para ser un buen muchacho, y no en las que *no debería* hacer para serlo.

El hecho de que un adolescente se porte bien y sea tranquilo y no se entrometa en nada, no necesariamente se debe interpretar como algo aceptable, ya que puede ser índice de que está adquiriendo muy poca experiencia y práctica en lo que hace. Por ejemplo, en una ocasión, un profesor dijo lo siguiente: "Este muchacho es el mejor alumno de la clase. Apenas si se da uno cuenta de que está allí." Lo que había impresionado a este maestro, era la falta de conducta del aludido. En cierto punto de su vida, la idea de enseñarle nuevas conductas se había erosionado parcialmente al alentarlo a que no hiciera nada en lo absoluto.

Las intenciones a manera de acciones

En el curso de las pequeñas pláticas, a las que anteriormente aludimos, y durante las sesiones de estrategia, nos vemos tentados a exponer grandes intenciones sin especificar con precisión cuáles son las reglas que haremos cumplir. Tales intenciones, aun cuando estén relacionadas con una regla, usualmente sólo se refieren a una regla de conducta verbal. Por ejemplo, si uno de nuestros hijos maldice, podemos declarar que lo vamos a abofetear si lo hace de nuevo. Por supuesto que tal intención es imposible de cumplir, ya que no siempre estaremos presentes cuando lo haga, por lo que la posibilidad de solamente reprenderlo, es mayor que la de abofetearlo. El exponer semejante intención recompensa a los padres por haber celebrado una sesión de estrategia acerca de las maledicencias, y con todo, no les permite hacer nada que sea específico para en lo futuro, reducir tal comportamiento. De esta manera, una intención es una declaración que se hace en términos tan generales y a veces tan emocionales que nunca se llevará a cabo, mientras que la regla se elabora cuidadosamente, se escribe y se observa en ocasiones especificadas.

El padre que no se avergüenza

Los padres son más vulnerables a controlarse en público cuando su hijo adolescente se porta mal. Éste, pronto se da cuenta de que ellos se avergüenzan más que él mismo. Esta información da pie para que haya gran efervescencia en las actividades cotidianas de la familia.

Como los padres influyen tan poderosamente en sus hijos, las consecuencias recibidas por el niño son efectivas en ellos. La manera más tradicional de expresar la situación, sería decir que los padres se "identifican" con el hijo, esto es, que las consecuencias sociales que el niño recibe también pueden obrar su efecto en los padres. Por ejemplo, el padre sabe que él es parcialmente responsable por ser él quien modela la conducta de sus hijos, y como está dolorosamente consciente de que gran parte de esta conducta fue determinada por su ejemplo, los éxitos de su hijo en el deporte pueden influir *personalmente* en él. En este caso, la conducta del niño obviamente controla la reacción de los padres. El éxito o fracaso del niño es la influencia principal en la reacción emocional de los padres, tengan o no la capacidad de manejarlos.

En semejante situación, el niño puede volverse cínico cuando se da cuenta de que la preocupación especial que muestran sus padres por él, en realidad es una preocupación personal de una confirmación del éxito que presupone haberlo educado.

Recompensas para el adolescente

LA RESPONSABILIDAD COMO RECOMPENSA PRÁCTICA. Ahora que nuestro hijo ha llegado a esta edad, ¿qué podemos hacer con él? He aquí una persona que probablemente está mejor educada que nosotros, o cuando menos, mejor educada de lo que nosotros estábamos a su edad; y su situación —el encontrarse bien preparado pero sin rumbo— puede ser para él fuente de frustración. Se le ha exigido mucho para que se dedique, para que aprenda nuevas conductas y para que se dé cuenta de las actividades importantes que se llevan a cabo en el mundo de los adultos. Ahora que está a punto de completar su educación, ¿qué habrá de hacer con ella? La respuesta general que se da a esta pregunta es que debe empezar a practicar lo que aprendió. ¿Se le podría permitir que maneje la cuenta de cheques de la familia? ¿Se le permitiría hacer las compras semanales? ¿Se le podría dar una cierta suma porque se encargue del jardín? ¿Sería posible responsabilizarlo del planeamiento del presupuesto familiar dedicado a los alimentos? ¿Podría hacerse cargo de planear el presupuesto para el mantenimiento y uso del automóvil de la familia?

Todas estas responsabilidades son, hasta cierto punto, recompensa, así como ejemplos de una buena práctica, pero nuevamente habría que subrayar que se deben añadir las consecuencias, las recompensas por la ejecución de dichas conductas, etc.

Atención paterna a manera de recompensa. Ahora que fuera del ámbito familiar es posible obtener con facilidad una amplia gama de recompensas sociales, las recompensas ídem de los padres ya no revisten gran importancia. El uso de una atención paterna selectiva como consecuencia, ya no será tan efectivo como otrora. Los padres ahora tienen competencia, y bien fuerte, por cierto. Además, los padres no pueden ser muy eficientes en lo que respecta a dar atención, ya que quieren a su hijo adolescente y no pueden ignorarlo ni rechazarlo totalmente por su mala conducta.

A la larga, probablemente le perdonarán cualquier infringimiento de las reglas.

Por otra parte, los amigos, a pesar de todas sus asociaciones y promesas, nunca serán tan leales. La experiencia de ser abandonado por los amigos, se ha repetido una y otra vez. Por lo tanto, después de pesar los riesgos de hacer lo que sus amigos quieren que haga en contra de lo que sus padres desean, el adolescente favorecerá a menudo a aquéllos. Sabe que sus padres seguirán allí y que eventualmente le perdonarán; también sabe que sus amigos pueden desaparecer o pueden no perdonarle con la misma facilidad.

Así pues, la posición de los padres ha cambiado, y su función de recompensadores sociales se está haciendo más débil. Hace entonces su aparición el punto de vista del intermediario. Éste señala de qué manera están relacionadas las consecuencias y las conductas, de qué manera se relacionan los desaires de sus amigos y conocidos con sus conductas, y por qué ciertas conductas dan como resultado ciertas experiencias. Los padres ya no proporcionan todas las consecuencias, pero ahora pueden interpretarlas, mientras que el adolescente permanece en casa todos esos años, los últimos, y obtiene beneficio de su propia práctica y experiencia.

Los muchachos mantenidos. No hay que descorazonarse demasiado por la pérdida de nuestra influencia a través de las atenciones sociales que solíamos dar a manera de fuertes recompensas. Nuestro hijo adolescente todavía depende de nosotros en muchas cosas concretas. Por ejemplo, consideremos al adolescente rebelde que actúa sobre la falsa premisa de que ya es perfectamente capaz de entendérselas por sí mismo. Usualmente sus padres le han hecho creer que las cosas son así, al proporcionarle la mayor parte de las cosas esenciales para vivir absolutamente gratis. Cualquiera podría arreglárselas si ganara 25 dólares a la semana, trabajando sólo algunas horas, y además contara con padres que le dieran los otros 50 ó 60 dólares que presuponen la habitación, comida, ropa, libros, colegiatura, etc.

Así pues, la falsa noción de la rebelión fácil, se produce hasta cierto punto en estos muchachos a los que todavía se mantiene en lo esencial. Es cierto que no tienen grandes ingresos, pero también es cierto que no tienen que gastar ni siquiera una parte mínima de su estipendio, en ninguno de los artículos de primera necesidad, y por lo tanto, siempre disponen de mucho dinero, porque de hecho, sus padres los mantienen. Esta situación puede originarse si los padres son incapaces de hacer demandas monetarias realistas a los bolsillos del adolescente. Es probable que no se le haya permitido contribuir con la familia, ya sea financieramente o de otra manera, en pago a las conveniencias y ventajas que sigue disfrutando en el hogar. Es un entrenamiento irreal y cruel permitir a un muchacho que salga y entre en la casa gozando de todos los beneficios sin pagar nada a cambio.

Ahorros conjuntos y semanadas graduadas. Si se le van a hacer más demandas financieras al adolescente, entonces habrá que proveer una mejor forma de ganar y de utilizar el dinero. Las semanadas son la mayor fuente de ingresos de niños y adolescentes. Pueden conseguirse trabajos casuales, pero, por lo general, aunque eventualmente trabajen, todavía son sus padres quienes aportan lo principal.

Una semanada graduada rinde una cantidad variable de dinero según la conducta del adolescente. En este caso, se utiliza la semanada tradicional, la cual era segura y generalmente no tenía nada que ver con la actuación del sujeto, como un nuevo medio de aplicar consecuencias razonables y efectivas. Se asignan a cada adolescente (o niño) ciertas responsabilidades que ostenten definiciones conductísticas específicas, y se enumeran en una lista. Cada vez que el adolescente realiza una de sus responsabilidades, se anota en la lista. Cada anotación vale por una cierta suma, y al final de la semana, se hace un total, mismo que se da al muchacho. Se podría fijar una cantidad mínima, para que de esta manera, cuando el muchacho no haga nada que haya merecido una anotación, no se quede sin nada, y un máximo para que una explosión de buena conducta no nos deje en la ruina. No obstante, hay que tener en mente que hasta cierto punto, estos mínimos y máximos erosionan la efectividad de la regla.

Tratemos de establecer el valor de los puntos para que el adolescente pueda recibir una cantidad substancialmente mayor que la que hasta ahora ha recibido. Este aumento constituye una motivación adicional, y como veremos, no tiene por qué costarnos más.

Cuando el dinero empiece a abundar para él, con el nuevo sistema, empecemos a indicarle nuevas formas de gastarlo, además de hacerlo en pro de su estómago y diversión. Por ejemplo, podríamos considerar un programa de ahorro conjunto (el de él y el nuestro) para comprar su ropa, lo cual le dará un sentido de responsabilidad en lo referente a la elección de ella, así como una mayor apreciación de su costo y posiblemente, del cuidado que debe prestarle. Los gastos de regalos de cumpleaños, del automóvil familiar y de las diversiones, deben, por supuesto, hacerse con esta semanada graduada. Así pues, cuando adoptemos este nuevo sistema, asegurémonos de que el adolescente afronta tanto los gastos necesarios como los superfluos. Por ejemplo, si dispone de un ahorro conjunto para la adquisición de ropa, hay que estar seguros de que aporta la mitad de lo que se necesita para comprar ropa interior y calcetines, y de que no solamente lo hace cuando se trata de comprar una hermosa camisa.

El automóvil de la familia

Cuando una persona llega a los años intermedios y finales de la adolescencia, usualmente se produce una gran agitación familiar sobre si debe usar (o abusar de) el automóvil de la familia. Este problema, por lo general empieza con una discusión acerca de si el aludido es lo suficientemente mayor como para aprender a conducir, y continúa en relación con las lecciones mismas.

Enseñanza del manejo del automóvil. Podemos enseñar a nuestro hijo adolescente a manejar el automóvil de forma segura y satisfactoria, pero para ello tendremos que echar mano de un proceso de moldeamiento y de desvanecimiento. Así pues, durante las primeras lecciones, ni siquiera hay que encender el motor. Sería mejor que nos sentáramos junto a nuestro hijo y hacer de cuenta que estuviéramos cruzando bocacalles, enfrentándonos a semáforos y metiendo cambios. No sería excesivo dedicar dos horas a que el futuro automovilista se familiarice con los diversos instrumentos.

Cuando tanto él como nosotros creamos que ya responde convenientemente en las situaciones imaginarias, podríamos empezar a planear su primera lección real. Muchos de los accidentes que tienen los novatos en el manejo de automóviles, se producen porque la persona que los enseñó los confundió en lo que se refiere a las vueltas y altos. En la primera lección hay que planear con el aprendiz exactamente a dónde nos vamos a dirigir, cuáles vueltas hay que dar y cómo regresaremos al lugar de partida. Esto evitará que se produzcan momentos de confusión en los que ni nosotros ni él sepamos lo que va a suceder.

Empecemos con un simple plan que consista en darle la vuelta a la manzana, repitiéndolo varias veces antes de intentar otro itinerario. Asimismo es conveniente utilizar este plan al principio de cada lección. Gradualmente, extendamos el plan de adónde vamos a ir *antes* de cada lección. De la inicial vuelta a la manzana, no pasemos a la calle principal. Un segundo paso, posiblemente sea el de dar la vuelta a la manzana, de tal manera que haya que dar vueltas a la izquierda en vez de a la derecha. Si empezamos a enseñarle al muchacho los elementos del manejo de automóviles, de esta forma gradual, podemos descubrir que el aprendizaje del o de la aprendiz, no constituirá una experiencia traumática para ellos o nosotros.

Ya es tiempo de descartar la idea de que manejar un automóvil es solamente un juego o una diversión.

Establezcamos un fondo mancomunado para la gasolina y servicio del automóvil. Asimismo, hay que establecer otro fondo mancomunado para el seguro y los gastos ocasionados por la licencia del automovilista. Tan pronto como nuestro hijo obtenga su licencia, recompensémoslo con alguna responsabilidad que pueda llevar a cabo con ayuda del automóvil. Por ejemplo llevar a sus hermanos pequeños a la clase de música o a la escuela.

USO DEL AUTOMÓVIL COMO CONSECUENCIA. Usualmente, el uso del automóvil de la familia puede ser una consecuencia efectiva en el modelamiento de otras conductas. La dificultad estriba en que la necesidad que el adolescente tiene del automóvil, varía de vez en cuando. Así pues, la efectividad del uso del vehículo como una consecuencia, presenta algunas de las mismas dificultades del uso de la televisión. Nunca sabemos cuándo realmente lo va a querer. Por lo tanto, puede ser que sea necesario establecer una regla en la que se estipule la cantidad total de tiempo que el adolescente puede utilizar el automóvil. Esta regla puede establecer específicamente que ciertos días de la semana se excluyen y que solamente puede utilizar el vehículo otros días. Por ejemplo, podemos saber con antelación que todos los jueves necesitamos el automóvil, así como los viernes y el domingo por la noche, y que en dichas ocasiones el muchacho no puede disponer de él. Esta cláusula debe establecerse en la regla.

El denegar el uso del automóvil como castigo, presenta las mismas desventajas que permitir su uso como recompensa. Nunca sabemos qué tan efectiva será esta denegación en un día determinado. Así pues, si se quiere utilizar el lado negativo de la moneda, habrá que hacerlo junto con la regla antes descrita. Obsérvese, sin embargo, que este arreglo punitivo, a veces, interferirá con los amigos del muchacho, y en esto, pisamos un terreno sagrado, por lo que hay que elaborar una regla que entienda todo el mundo.

HÁBITOS DE MANEJO DEFICIENTES. Una revisión de las consecuencias de los hábitos de manejo del automóvil, explica a veces mucho acerca de dicha conducta. ¿Quién paga por dichos hábitos de manejo deficientes? ¿Quién se beneficia con ellos? La respuesta a la primera pregunta debería ser que es el automovilista quien paga por el reemplazo de neumáticos, seguro y mantenimiento, ya sea con la semanada graduada que le dan sus padres como por algún otro medio. El manejo deficiente tiene los mismos beneficios que cualquier otra conducta para llamar la atención. Si esta circunstancia no se utiliza para exasperar a los padres, entonces esto quiere decir que la mayor parte de atención procede de personas más allá del control de los padres. A este punto, las únicas consecuencias que se dejan a los padres, son negativas. Las consecuencias pueden ser efectivas, pero son difíciles de aplicar. Una definición específica de una mala conducta con el automóvil habrá de ser utilizada, y asimismo habrá que utilizar alguna medida drástica como consecuencia negativa.

Retirar el privilegio de manejar el automóvil, es usualmente la primera consecuencia negativa que viene a la mente. El tiempo en que dicho privilegio se retira, y si en ese lapso se podrá disponer del automóvil para la ejecución de tareas designadas por los padres, es algo que se debe exponer claramente para evitar discusiones.

Por supuesto que son posibles ciertos controles físicos, y si los padres quieren darse la molestia, pueden ser efectivos. En cualquier tienda especializada podemos adquirir un regulador de velocidad, aunque una mejor solución sería la de imponer restricciones más lógicas al tiempo en que el adolescente puede usar el automóvil y a las distancias que puede recorrer. Naturalmente, en estas reglas habrá que establecer las consecuencias. Con todo, las reglas más razonables, que a la larga controlarán los malos hábitos de manejo, son aquellas que estipulan que la operación del vehículo será costeada por el adolescente.

Trabajo

Puede extrañar a los padres de hijos adolescentes que, la queja común de la falta de respeto, todavía no se haya discutido en este capítulo. Muchos padres se quejan de semejante conducta e inclusive llegan a quejarse de que sus hijos adolescentes tratan de castigarlos. En muchos casos, la falta de respeto *es* un castigo, esto es, lleva por propósito reprender la conducta de la persona hacia quien va dirigida. Usualmente, dicha conducta se produce para suprimir alguna petición hecha por los padres, y por lo tanto, un término más preciso que "falta de respeto" lo es "disimulo", un esfuerzo por evadir el trabajo.

El hecho de que un adolescente pueda considerar la evasión del trabajo como una recompensa, indica por lo general que él no paga ningún precio en particular por no hacer lo que le ordenan. Así pues, el "disimulo" es una señal de que los padres no exigen al adolescente que lleve a cabo su propio trabajo. No le exigen que afronte consecuencias lógicas por su falta de actuación. Por ejemplo, si se las arregla para disimularse lo suficiente como para que sus padres dejen de ordenarle que haga su cama, entonces, la consecuencia lógica de tener la cama siempre deshecha podría reducir la frecuencia de este tipo particular de disimulo. Un adolescente que prevé que su madre le va a ordenar que tienda su cama —si puede soslayar la tarea, por mientras— lo más probable es que se haga el desentendido. Así pues, no es el disimulo contra lo que hay que luchar, sino contra las consecuencias que resultan de no hacer lo que los padres ordenan, así como contra las consecuencias resultantes de hacerlo. Usualmente, el adolescente se disimula por dos razones. No recibe una recompensa en particular cuando respeta las órdenes de sus padres, y por otra parte, no se siente mal cuando no las respeta.

Tareas domésticas. Muchos refunfuños y depresiones de los adolescentes se originan porque no tienen nada que hacer. Esta queja se puede aliviar temporalmente por medio de la diversión, pero las diversiones usualmente no duran mucho.

Nos encontramos en una posición ventajosa cuando ideamos estas tareas domésticas antes de que nuestro hijo se convierta en un adolescente, ya que es más difícil asignar deberes y responsabilidades a una persona que con anterioridad no ha tenido mucho que hacer. Sin embargo, aun cuando nunca antes le hayamos asignado deberes, hay que empezar a hacerlo.

El sistema más probable es el de semanadas y deberes graduados (tareas individuales) los cuales se enumeran en una tarjeta. En el plan se debe incluir una dosis liberal de responsabilidad en cuanto a la cronología del trabajo que va a desarrollarse, a cómo se va a gastar el dinero empleado en la tarea, etc. Hay que recordar que si se quiere que el adolescente se interese, habrá que asignársele las partes interesantes del trabajo y también las partes tediosas. Asimismo, consideremos la combinación recompensante y productiva de darle más dinero conforme se le dan más responsabilidades en sus propios gastos.

Trabajo fuera de casa. El adolescente adulto casi siempre puede encontrar un trabajo fuera de casa que le dé experiencia y le sirva como otro paso más para crecer. Este tipo de trabajo proporciona una excelente terapia al adolescente que parece que tiene el tiempo en sus manos y que lo usa como una oportunidad para portarse mal; asimismo es útil al adolescente deprimido que siente que no está haciendo nada que valga la pena.

Un trabajo fuera de casa tiene la ventaja de constituir para los padres una fatiga menor en cuanto a estrategias, tarjetas y dinero. Tiene la desventaja de que las tareas domésticas se queden sin una recompensa potencial (ahora, el adolescente obtiene su dinero en otra parte), y esta independencia puede hacerse evidente en la renuencia que demuestra a llevar a cabo responsabilidades sociales en el hogar.

Algunos de los problemas de la independencia, pueden resolverse al darle más responsabilidad en sus propios gastos. Esto debe hacerse si la semanada que le damos aumenta por la ejecución de tareas domésticas. Hay que recordar que si queremos que pague sus cosas como lo hace un adulto, entonces él exigirá hacer las cosas a su manera, como un adulto. Sería injusto pedirle que se comprara su ropa y a la vez querer acompañarlo para asegurarnos que compra lo que necesita. Tendrá que aprender por sí mismo qué es lo que debe comprar.

Los límites de esta independencia habrán de ser aclarados en el momento crucial cuando el adolescente empieza a trabajar fuera de casa por primera vez. Se ve propenso a desear más independencia, pero, ¿cuánta más? Las discusiones acerca de su independencia llegan a un punto de ebullición cuando se trata del horario. Como con la mayoría de las discusiones con los adolescentes, sería mejor una discusión privada y sin prisas entre los padres antes de que comience la batalla. Estas sesiones de estrategia también deberían determinar qué tareas y deberes hay que asignar todavía al adolescente que trabaja.

Hay que llegar a un acuerdo respecto a un esfuerzo especial por fomentar y recompensar (socialmente) estas tareas. Dicho acuerdo puede ser complicado si estamos planeando pedir tanto la "renta" como la ejecución de las tareas. ¿Es justa nuestra combinación de tareas y de renta?

Hábitos alimenticios y de vestido

Muchos padres se quejan de un deterioro en las costumbres alimenticias y de vestido de sus hijos adolescentes. Estos cambios son algo sorprendentes en el sentido de que la conducta, en la mayoría de los casos, ha sido mejor cuando eran más jóvenes. El deterioro de las costumbres puede ocurrir porque las buenas conductas no se recompensan; los "errores" pueden haberse introducido porque tienden a llamar más la atención.

Los malos hábitos alimenticios y de vestido constituyen, por lo general, conductas para llamar la atención, pero asimismo señalan una posible falta de recompensa positiva a las buenas conductas que pudieran ocurrir. Una vez que hemos planeado lo que respecta a la influencia de la atención (a las buenas conductas) y la falta de ella (a las malas conductas), podríamos considerar el programa de fondos mancomunados descrito antes, para desarrollar un mayor interés en el vestido.

Si los hábitos alimenticios son un problema, entonces, posiblemente ya es tiempo de invitar a casa a los amigos de nuestro hijo con más frecuencia para que haya una cierta presión. Una madre, por ejemplo, se quejaba de las costumbres alimenticias y del lenguaje de su hija a la hora de comer. Entre las deficientes costumbres alimenticias y el lenguaje inconveniente, la familia encontraba poco estímulo en ese acontecimiento. Después de considerar seriamente las consecuencias y razones de la conducta, la señora concibió un plan de invitar a sus amigas, el cual llevó a cabo con bastante éxito. La vez siguiente en que una de las amigas de su hija fue a comer con la familia, la madre empezó a actuar de una forma peculiar. Repentinamente puso en práctica muchos de los hábitos alimenticios de los que su hija hacía gala cuando sus amigas no estaban alrededor. Asimismo, su lenguaje se hizo atroz. La amiga se sorprendió y la hija quedó aturdida, pero al mismo tiempo adquirió un nuevo discernimiento y una nueva educación.

Otro factor en los deficientes hábitos alimenticios y de vestido, puede ser el que el adolescente no ha tenido oportunidad de compartir algunos de los aspectos cruciales de la actividad mencionada. Por ejemplo, es difícil comprender por qué un adolescente deba interesarse en cómo está vestido si son sus padres quienes le escogen la ropa que usa. Si este es el caso, los padres están usando mal su control, ya que le impiden que practique una conducta adulta que debe aprender muy bien en el futuro muy inmediato si quiere tener éxito como adulto. Las costumbres alimenticias y de vestido son con probabilidad los primeros renglones cruciales en los que los padres deben aprender a dar a sus hijos una responsabilidad completa para algunas decisiones. Si desea mantener la conducta dentro de cierta razonabilidad, posiblemente ayudaría un programa de fondos mancomunados como el que se describe en este capítulo.

Rebelión

Cuando un adolescente se rehúsa a continuar con las reglas que sus padres han establecido y se pone furioso y agresivo cuando repetidamente se le ordena que las obedezca, entonces, esta situación usualmente se describe como rebelión. Las reglas, evidentemente, no proporcionan un incentivo que sea suficiente para las buenas conductas y, como sucede con frecuencia, es posible que no proporcionen al adolescente oportunidades de mostrar lo que puede hacer. A veces expresa sus sentimientos acerca de esta condición, al decir que todo es "aburrido". Así pues, el aburrimiento es otra parte de la rebelión.

No es necesario añadir recompensas para aliviar el aburrimiento y la restricción. De hecho, parte del problema puede

estribar en que las recompensas se otorgan sin que haya ningún esfuerzo de parte del recompensado, lo cual, en sí, es aburrido. Un rey no tiene restricciones, pero se puede aburrir por razones parecidas a las del adolescente —ha recibido demasiado sin que le exijan nada a cambio.

Ahora puede ser difícil retroceder y pedir a un adolescente que se fatigue por cosas que otrora le eran obsequiadas, pero quizás, la única forma de que un rey sea feliz, es hacerle trabajar como todo el mundo. No obstante, si se efectúa este cambio, ¿no se le ponen así más restricciones? La respuesta a esta pregunta depende de las reglas y trabajo que establezcamos para él. Si deseamos asignarle solamente menesteres odiosos, que nadie quiere hacer, entonces, de cierta manera se producen más restricciones. Si, por otra parte, podemos añadir más responsabilidades importantes, entonces podríamos expandir y enriquecer sus oportunidades. Su tarea no debe consistir únicamente en lavar el automóvil, sino también llevarlo al garaje, y tener dinero para hacerlo. No sólo limpiar su habitación y colgar su ropa, sino tener un ahorro mancomunado para comprar la ropa y objetos que necesite, según su gusto. Tampoco consiste en sólo podar el césped, sino también en disponer de un presupuesto para el cuidado del jardín.

¿Cometerá errores, gastará un poco de dinero, comprará ropas diferentes de las que nosotros hubiéramos elegido y hará cosas extrañas en el jardín? ¡Por supuesto que sí!, pero también aprenderá, y con esto podrá participar en la operación familiar.

En el meollo del aburrimiento (de parte del adolescente) siempre hay una capacidad inconexa, así como restricción (impuesta por los padres).

No se puede desterrar el aburrimiento de la noche a la mañana, pero una nueva regla que muestre respeto por el hecho de que el adolescente ya no tiene diez años, puede ser de gran utilidad.

Citas

Si tanto el adolescente como sus padres son honestos en lo que respecta a las citas con el sexo opuesto, éstos pueden proporcionarle una gran información. Desgraciadamente, la circunstancia más común es aquella en que el adolescente juega el juego de "Mejor estar seguro" (y callado) que lamentarlo, mientras que sus padres se empeñan en "evitarle que se meta en dificultades". Así pues, una vez más, hay que recalcar que las advertencias y consejos acerca de la mala conducta, por medio de reprimendas, son las consecuencias de cualquier conducta. Esta situación no es desastrosa; es completamente normal y todos la hemos vivido.

Sin embargo, si los padres desean verdaderamente ser de gran ayuda, podrían enseñar a sus vástagos lo que saben acerca de conductas exitosas en las citas, no sólo buenas maneras y cosas que se apeguen a la idea que tienen de lo que es una velada agradable, sino también elementos que se adhieran a la idea que el adolescente tiene de una velada exitosa.

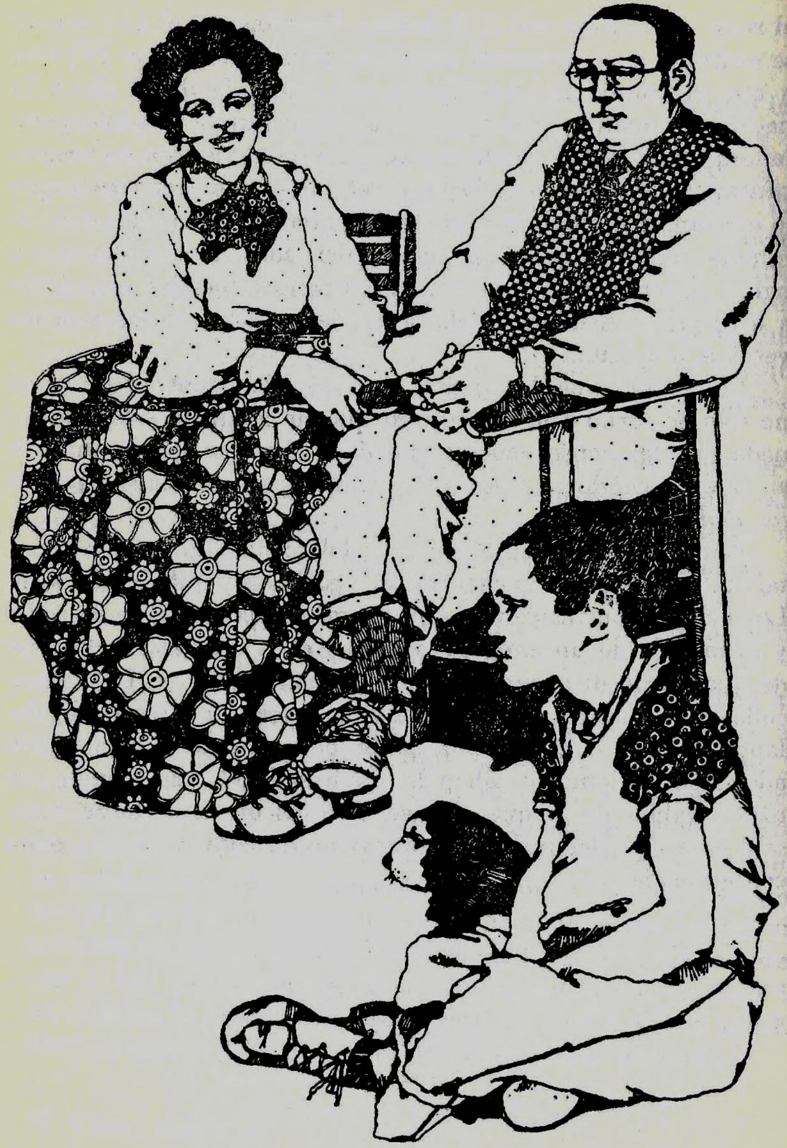
Por ejemplo, podríamos señalar a nuestra hija que, las muchachas, en realidad, se acicalan para que las demás muchachas las aprueben, y que los cumplidos sinceros que ella les haga en las fiestas serán muy apreciados. Este consejo incluso podría serle útil para elegir su ropa. Asimismo podríamos señalar a nuestro hijo que son los varones quienes deben planear la velada, y esto lo podríamos discutir con él cuando le enseñemos cómo conducir el automóvil. También debemos hacerle ver que la atención, como una recompensa, es tan importante entre los amigos como entre nosotros y él. Debe aprender a ser atento con la chica con quien salga. Cuando las muchachas lo pasan mal, usualmente se debe a que el muchacho con el que salieron no les prestó la debida atención.

El brusco despertar

Entre los padres y el hijo adolescente, las reglas y consecuencias de dar y recibir, a veces no tienen efecto, pero en el resto del mundo real sí lo tienen. Usualmente, el adolescente se enfrenta a un eventual despertar brusco en lo que respecta a que el mundo no recompensa con tanta facilidad como lo hacen los amantes padres. En un cierto punto el adolescente tendrá que convertirse en un creyente en el sistema de recompensas y consecuencias. Debe creer no sólo en las reglas que lo afectan, sino también en la utilización de tales reglas cuando intenta seriamente influir en alguien más. Por entonces ya habrá aprendido a dispensar recompensas sociales, así como a aceptarlas. Asimismo debe aprender a dispensarlas muchas veces a propósito.

El consejo que los padres dan al adolescente debe girar no sólo en torno a la manera en que su conducta está relacionada con las consecuencias que *él* recibe, sino en la manera en que su conducta funciona a manera de consecuencia *para los demás.*

Entre las recompensas que el adolescente utiliza para alentar a los demás se encuentra su propia disponibilidad social. Los amigos constituyen el aspecto más importante de su vida, y la medida de un amigo, a su edad, es la cantidad de tiempo de que puede disponer para estar a su disposición. La melancolía que muestra un adolescente en cuanto a "estar con fulano" es, por lo tanto, una parte peligrosa de la disposición adolescente. Como lo saben los padres de él, sus amigos son más volubles de lo que él cree. Este es un importante mensaje para aquellos padres que incurren en conversaciones sobre consecuencias.



11

La familia con éxito

Para hacer que el proyecto de consecuencias marche sin contratiempos en la familia, puede ser necesario efectuar algunos arreglos generales en las reglas. Se puede necesitar un sistema para garantizar el uso de recompensas concretas, y pueden ser de utilidad algunos arreglos específicos referentes a la cooperación familiar. Tales arreglos para mejorar el éxito de las estrategias conductísticas, pueden ser tan específicos como la economía de símbolos de la que hablamos en otro capítulo, o tan general como una amistad entre padre e hijo.

Economía simbólica

A menudo es imposible tener a la mano una recompensa efectiva para mantener las actividades cotidianas. A veces, las recompensas sociales que utilizamos de ordinario no se dan, porque simplemente no estamos de humor o porque dicho tipo de recompensas no es realmente apropiado como una consecuencia para la actividad.

La mayoría de esas actividades son tareas u otros detalles de trabajo que casi todos aprendemos a hacer con cierta consistencia. También son conductas que ordinariamente rinden de forma más bien concreta y que no son apoyadas enteramente por la recompensa social. Para gran parte de los adultos, las recompensas concretas por trabajo, apariencia personal y apariencia del hogar en que viven, se presentan esporádicamente. Hemos aprendido que podemos esperar las recompensas en el futuro, pero los niños que todavía no han aprendido que deben cuidar su habitación o que tienen responsabilidades en la familia, de lavar los platos, preparar la comida, lavar la ropa, etc., estas recompensas concretas deben producirse con más frecuencia y, asimismo, deben aproximarse a las conductas.

Se puede construir un sistema que producirá rendimientos a las conductas individuales de los niños. Este sistema no debe usarse para sobornarlos para que hagan el trabajo, sino más bien para compensarlos por contribuir a él y a las necesidades domésticas de la familia. Así pues, deben aprender, ya que de cualquier manera tendrán que hacerlo más tarde, que para que la vida familiar se desenvuelva tranquilamente deben contribuir con su grano de arena, por lo que se les dará su parte del ingreso familiar. En este sentido, la vida familiar es una economía en la que hay un cambio de actividades entre sus miembros, así como una compensación por dichas actividades.

Los psicólogos llaman economía simbólica, o de símbolos a este sistema, porque en gran parte de las primeras investigaciones hechas al respecto, se usan símbolos o fichas para representar el rendimiento. La tradicional idea angloamericana de la semanada, es un tipo de sistema de economía simbólica, pero usualmente no emplea una estricta regla conductística que establezca que solamente se dará una parte de dicha semanada si se producen ciertas conductas. El resultado de esta falta de reglas es que la semanada queda garantizada o bien, se da a discreción de los padres. Consecuentemente, el método que utiliza el niño no es el de trabajar, sino de, simplemente, condicionar su petición de dinero (semanada) según el humor de sus padres.

Así pues, el niño puede hacer sus tareas y actividades domésticas solamente después de que lo han regañado o coaccionado, y sin mucho incentivo del sistema de semanadas. De esta manera, el primer intento de establecer un sistema de economía simbólica en el hogar, podría ser el de simplemente corregir la forma en que dispensamos la semanada que ahora damos a nuestros hijos. Probablemente terminemos dando mucho más de lo que esperábamos, pero asimismo, no lo lamentaremos, si el niño lo merece. Como primer paso, coloquemos una tarjeta en la cocina. Enumeremos las conductas y las actividades domésticas que esperamos de cada uno de los niños, en la parte izquierda de la cartulina. Examinemos si esas tareas domésticas constituyen en realidad una necesidad importante de la familia, de tal manera que los niños reciban responsabilidades genuinas.

Al elaborar este plan, sería mejor servirnos de las sugerencias del niño en cuanto a qué responsabilidades domésticas debemos asignarle. De esta manera, el cálculo que hagamos de sus probabilidades de actuación será lo suficientemente bajo para garantizar que cuando menos parte de su semanada se la ganará genuinamente. Posteriormente, cuando veamos que progresa nuestra economía simbólica, podemos querer cambiar algunos de los requisitos conductísticos representados en la cartulina. En las columnas restantes, representemos los días de la semana, y proporcionemos a los niños el honor de ser ellos mismos quienes coloquen una marca en el casillero correcto si cumplieron con sus tareas de ese día. En una ocasión determinada de antemano, contemos los puntos y demos a los niños lo que les corresponde por habérselo ganado. Supongamos que les damos cinco centavos por cada marca. Coloquemos la cartulina sobre una mesa para que los niños más pequeños puedan examinar de cerca el resultado de su semana de trabajo; para los que tengan menos de siete años, dispongamos la cantidad que ganaron en monedas de cinco centavos, y coloquemos cada una de ellas sobre las marcas de la cartulina, para que puedan entender por qué reciben esa cantidad de monedas. Durante la primera semana de practicar este nuevo sistema, tendremos que hacer pagos diarios o cada tercer día para que los niños entiendan y empiecen a creer en el significado de las marcas hechas en la cartulina.

Tan pronto como el niño tiene las monedas en su poder, hay que darle inmediatamente una oportunidad de usarlas en la compra de algo que le gustaría tener. No podemos suponer que las monedas significan más para el niño que otra clase de dinero (billetes, por ejemplo), a menos que tenga la oportunidad de comprar algo con ellas. El primer punto peligroso que presenta el sistema de economía simbólica, es que tendemos a coaccionar al niño para que ahorre lo ganado, en vez de acompañarlo a que los gaste en lo que se le dé la gana. Durante las primeras semanas, es importante convencerlo de que "los símbolos o fichas" (en este caso las monedas) en realidad valen algo. Con este propósito hay que permitir que las gaste en seguida. Más tarde, le nacerá la idea del ahorro.

Conforme el niño aprende a ahorrar sus monedas para comprar cosas, y las semanas transcurren con la consiguiente acumulación de marcas, nos vemos tentados a multarlo por mala conducta y quitarle puntos o monedas. Si lo hacemos, le quitamos asimismo parte de la confianza que tiene en que será recompensado por los puntos que aparecen en la cartulina. No debilitemos su confianza en la economía estableciendo una política que dice que el gobierno puede invalidar la moneda cuando quiera. Si todavía estamos convencidos de que se necesita cierto castigo, utilicemos algo que no tenga nada que ver con el sistema de economía simbólica.

Una vez que la economía simbólica está firmemente establecida, se pueden añadir otros incentivos. El más importante de todos es probablemente el de la promoción contingente. Este procedimiento permite que se cambien los deberes anotados en la cartulina, y también que se mejoren y modifiquen conforme mejora la actuación del niño. Si se desempeña bien en algunas de las tareas más tediosas y sencillas, habría que promoverlo a un mejor nivel de deberes.

Las promociones contingentes constituyen una importante adición a la economía simbólica porque representan mejoramientos en la expectación y respeto que los padres tienen en relación con las capacidades del niño. Así pues, si no hay promociones en la economía simbólica, entonces el sistema falla en su cometido hasta cierto punto, porque los niños no pasan a otras responsabilidades. Una economía semejante puede mantener un nivel mejorado de desempeño de las viejas tareas, pero éste no es el único propósito al que sirve el sistema.

Por ejemplo, se elaboró un programa de economía simbólica para una madre que daba un incentivo a su hijo cuando éste finalizaba sus tareas. Después de haber aplicado el sistema durante varias semanas, el hijo se quejaba de que algunas de las cosas que le ordenaban hacer eran "cosas de niños". Le era particularmente desagradable acarrear las bolsas de basura. A causa de su actitud se producían regaños, tardanza y desagrado en general en relación con esta tarea. Así pues, se estableció un procedimiento de promoción contingente. Dicho procedimiento estipulaba que si el muchacho llevaba a cabo la tarea durante quince días, sin que su madre tuviera que estarlo apurando, se le promovería a una nueva tarea: lavar el automóvil. Acto seguido se cambiaría la vieja cartulina por una nueva, en la cual, la tarea de tirar la basura, sería adjudicada a otro niño más pequeño. El niño mayor esperaba con ansiedad el posible cambio de las cosas, ya que le gustaba todo lo relacionado con el automóvil, mientras que el niño pequeño recibió asimismo con gusto la nueva tarea que se le asignaba ya que él tenía todavía menos oportunidades que su hermano mayor, de desempeñar tareas para ganar símbolos en el sistema.

La regla se fijó de tal manera que si el muchacho solamente completaba parte de los quince días estipulados, tendría que comenzar de nuevo hasta completar quince días seguidos. Todos los días, lógicamente, se le recompensaría con los símbolos de costumbre. Así pues, la actuación siempre daba sus frutos, pero una actuación particularmente buena equivalía a tener derecho a que se efectuara algún cambio deseable en el sistema.

Estrategia familiar

Gran parte del tiempo, una estrategia conductística para un niño, necesita de la cooperación del padre, de la madre y de un hermanito.

Es difícil dar recompensa a tal cooperación. Lo que a un cierto punto parece ser un problema conductístico de un niño específico, puede tratarse en realidad de un problema de apoyar las reacciones correctas de nuestro cónyuge o de los hermanitos del niño. Aquí nos encontramos en otro nivel de estrategia; debemos recompensar la cooperación de otros miembros de la familia. Este problema implica algunas de las mismas reglas básicas discutidas antes: clara exposición de las reglas, recompensa efectiva y procedimiento sencillo y honesto para presentar la recompensa por medio de esas reglas.

Todos los miembros de la familia que están involucrados, deben encontrarse presentes en la sesión de estrategia en la que se establezca la regla, ya que dicha regla no sólo especifica la conducta del niño al cual tratamos de educar, sino que también especifica la conducta de todos aquellos que van a dispensar las consecuencias. Nuevamente, se involucra un procedimiento de moldeamiento, y puede ser que creamos que todavía estamos demasiado lejos de resolver el problema original. Recordemos que uno de los beneficios de este procedimiento de moldeamiento, será el de convertir en seres humanos más eficaces (y más agradables) a los demás miembros de la familia. Los padres varones usualmente son los primeros en aceptar la sugerencia de que una regla debe presuponer una consecuencia. Por lo general se trata de personas prácticas con un gran espíritu para las reglas prácticas pero con una limitada cantidad de tiempo para poder hacer cumplir esas reglas. Por lo tanto, se producirán divergencias entre madres y padres aun cuando, en principio, estén de acuerdo con la regla. Las divergencias pueden estribar en que será la madre quien estará presente para hacerla cumplir, mientras que el padre no estará. Al construir las reglas, los padres tienen que considerar si es probable que el señor esté presente cuando se necesita la regla. Si hay probabilidades de que no se encuentre allí, entonces debe mostrarse más dispuesto a comprometerse y cooperar con la estrategia de la madre.

Este tipo de compromiso arbitrario es difícil para un hombre y constituye un ajuste marital muy oneroso. Por lo tanto, en las primeras sesiones de estrategia debemos dar prioridad a los problemas en los que padre y madre podamos obtener práctica con el uso de las reglas conductísticas. Meriendas, tareas, limpieza y relaciones entre los niños, son renglones en los que el padre puede tomarse la molestia de apoyar las reglas.

Normalmente, la solución del niño a las divergencias entre sus padres, consiste en observar un conjunto de reglas frente a su padre y otro conjunto frente a su madre. Este método de divide y vencerás, puede ser extremadamente eficaz si no hay reglas en las que ambos progenitores se pongan de acuerdo. Esta solución del niño es incluso más peligrosa, ya que tiende a magnificar las diferencias entre los padres, de tal manera que cuando el niño trata de someter a prueba alguna regla, siempre tendrá de su lado a uno de los dos. Estas alianzas son difíciles; nunca son estables y siempre implican algún conflicto poco feliz.

Muchas veces, la sesión de estrategia, en vez de resolver los conflictos se convierte en una discusión de problemas conyugales o de amplias y deficientemente definidas características de los hijos. Tengamos cuidado en que nuestra sesión de estrategia no tome este cariz. Gran parte de la dificultad se suscita del hecho de que dichas sesiones de estrategia han sido utilizadas para ponerse de acuerdo sobre una actitud en vez de concordar acerca de una regla sencilla. Hay que enfocar la discusión sobre una conducta en particular y sus consecuencias y no sobre una especulación de cómo fue moldeada una conducta determinada por nuestro cónyuge o de cómo constituye en realidad una manifestación de algún gran problema general o actitud.

Los problemas se pueden simplificar todavía más si el padre y la madre dan un informe honesto de la sesión de estrategia al niño, cuando establecen la regla. No le comuniquemos que estamos de completo acuerdo si la verdad es que hemos llegado a un compromiso. El decir a un niño que los padres a veces deben comprometerse, no debilitará la efectividad de las reglas, ya que éstas siguen siendo efectivas mientras se sigan observando en ambas partes. En otras palabras, mientras que el niño entienda que no puede explotar este compromiso tentando a uno de sus progenitores a que renuncie a la regla, entonces, el hecho de que los padres a veces disienten, no es algo que al niño le sea difícil aceptar, ni tampoco para los padres constituye una dificultad en su educación del hijo.

Padres varones. En su papel de jefe de la familia, es muy probable que se utilice mal la autoridad del padre pidiéndole que actúe como juez de un tribunal de último recurso. Decir: "Espera a que llegue tu padre y ya verás", o "Si tu papá dice que sí", es permitirle al niño que coja partido por uno de sus progenitores contra el otro. El tribunal de último recurso debería constituirlo la sesión de estrategia entre el padre y la madre, y no una decisión unilateral hecha por el padre, lo cual puede percibirlo el niño, llegando a la conclusión de que éste tiene un poder de veto sobre la madre.

Si se ha originado algún tipo de conducta de "tribunal", puede ser que sea necesario utilizar diversas sesiones de estrategia para formular preguntas importantes acerca de las diferencias que hay entre las consecuencias dispensadas por el padre y las que otorga la madre. ¿Hay diferencias en la probabilidad de castigo? ¿Por qué? ¿Por qué conductas? ¿Existen diferencias entre los padres en cuanto a la probabilidad de que den dinero? ¿Por qué? ¿Por cuáles conductas?

Si estas preguntas se suscitan en la sesión de estrategia, puede haber una oportunidad para que se produzca un acuerdo y un compromiso. Sin embargo, en la mayoría de las familias, es la madre quien proporciona la mayor parte de las consecuencias en el transcurso del día, por lo que el padre entra en escena cuando la situación ya está empezada. No sólo dicha situación ya está empezada, sino que el padre puede sentirse cansado y determinar que ya ha aportado su contribución cotidiana.

En esta situación, el acuerdo y el compromiso pueden no tener gran significado, porque está ausente o cree que ya ha cumplido con su responsabilidad cotidiana. No obstante, él producirá consecuencias. Quizás no se trate de las consecuencias obvias de disciplinar a los hijos, pero, como se señaló al principio de este libro, las consecuencias son inevitables. Las consecuencias que esgrima el padre pueden ser obscuras por diversas razones. Por ejemplo, sus expectaciones pueden ser mayores, puede creer que los niños son perfectamente capaces de cepillarse los dientes sin tener que ordenárselo ni encomiarlos porque así lo hayan hecho. Puede parecer como si no le importase, pero en realidad llega a tratar a los niños como si fueran responsables de dicha actividad. Posiblemente, su falta de respuesta es correcta. A este punto sería conveniente celebrar una sesión de estrategia.

Como el padre tiende a proporcionar menos consecuencias así como menos dirección, se convierte en el progenitor de pocas palabras, y por lo tanto hace menos advertencias acerca de los posibles castigos. Si este fuera el caso, es probable que los niños sean más cautelosos con él. Parece ser que ejerce un mejor control sobre ellos. Esto puede deberse parcialmente a su costumbre de no advertir las cosas, pero también se origina del hecho de que no se encuentra en casa durante gran parte del día, por lo que su presencia es una novedad. Posiblemente, en esto tiene mucho que aprender la madre, sobre todo en lo referente a los regaños y advertencias. Asimismo, el padre puede aprender algo acerca de cooperar con las reglas que ella impone, ya que debe lidiar con los pequeños durante más tiempo.

Parientes. Los parientes cuentan con un medio de proporcionar una serie de reglas y consecuencias propias. En la mayoría de los casos no hay razón para corregir esas diferencias: ocurren esporádicamente y son características de la vida, ya que siempre habrá individuos cuyas reglas y consecuencias choquen con las de los padres.

Empero, hay situaciones a largo plazo en las que los parientes que viven con la familia tendrán que desempeñar cuando menos un papel de observadores en las sesiones de estrategia, y esto puede crear dificultades. La mayoría de los padres creen que los parientes no deben tomar parte activa en los primeros procesos de una sesión familiar —esto es, en la designación de cuáles son las conductas que habrá que cambiar— sino que más bien, deberían cooperar en la aplicación de las estrategias que van a utilizarse en las conductas que los padres conceptúen importantes.

Las recompensas y privilegios concretos pueden permanecer fácilmente bajo el control de los padres. Así pues, cuando las estrategias se efectúen utilizando esas consecuencias, los padres ejercen el control. Cuando la estrategia implique una conducta que llame la atención, las recompensas sociales son cruciales. Para poder hacer que una tía que vive con la familia no preste atención a los berrinches de los niños, ella tendrá que asistir a las sesiones de estrategia en las que se lleve a cabo el proceso de extinción, y tendrá que enterarse de las buenas conductas que debe apoyar. Si conoce los dos lados de esta estrategia, puede ser de gran ayuda.

Si no podemos hacer que la tía coopere y al mismo tiempo no queremos echarla, todavía se puede hacer algo. No renunciemos a la estrategia. Los niños aprenden a diferenciar, como es evidente cuando un niño pone a uno de sus progenitores contra el otro. Para un niño es difícil tener una tía terca, pero puede darse cuenta de que sus berrinches no dan resultado con sus padres, aunque lo den con su tía. Los berrinches serán algo difíciles para la tía solterona, pero si insiste en aplicar sus propias reglas, obtiene las consecuencias lógicas: si insiste en apoyar berrinches, berrinches tendrá. Si nosotros no apoyamos los berrinches, sino más bien nos mostramos dispuestos a apoyar una conversación agradable y útil, entonces, a la larga, eso es lo que tendremos. Así pues, si tenemos problemas con los parientes, mantengamos la regla con consistencia y veremos la mejoría.

HERMANITOS. En los Estados Unidos existe la creencia común acerca de la igualdad de los hermanos —los padres parecen pensar que lo único justo es tratar por igual a todos los hijos. En algunos respectos esta actitud es legítima, pero de

muchas formas ignora las verdaderas diferencias entre los niños. Éstos están destinados a tener diferentes amigos, diferentes limitaciones físicas y diferentes intereses y habilidades. Los niños están bien conscientes de sí mismos, y el que los padres les digan que se les va a tratar como si no hubiera diferencias, equivale a sentar las bases de malentendidos. Siempre, lo mejor es contar con una estrategia honesta y realista. Un niño pequeño pregunta por qué no puede quedarse levantado tan tarde como su hermano mayor y llega a la conclusión de que la situación es injusta. En vez de ofrecer excusas continuamente para ocultar el hecho, sería mejor decirle que su hermano mayor se puede quedar levantado porque no necesita dormir tanto como él.

El mismo método se podría aplicar a situaciones en la que uno de los hermanitos insiste en acompañar constantemente a otro, incluso cuando su edad le impide hacerlo. Si un niño pequeño nunca hace amigos porque siempre depende de lo que digan sus padres respecto a que vaya con sus hermanos cuando éstos salgan a visitar a sus propios amigos, entonces, los padres podrían evitar las dificultades entrenando la conducta social del más pequeño. Eventualmente, incluso él tendrá que salir por su lado y hacer las cosas a su manera.

Podemos creer que uno de nuestros hijos necesita ayuda adicional en algún problema, y ciertamente no debe haber una regla que impida hacer un esfuerzo en las situaciones que lo ameriten. Pero, ¿de qué esfuerzo estamos hablando? Cuando la hermanita pequeña no quiere salir a jugar con los demás, y se pide a la hermana mayor que la saque, ¿quién está haciendo la labor? No tiene nada de malo pedirle a la niña grande que coopere, pero esa cooperación tendrá que ser reconocida, para lo cual habrá que hacer planes. Como ya lo hemos subrayado, los niños deben aprender a aceptar toda la responsabilidad que les sea posible, pero no gratuitamente y si significa que los padres se desentiendan de su responsabilidad.

Para hacer que la cooperación fructifique

Cuando se construyen por primera vez las reglas sobre las consecuencias, la pregunta que se suscita es: ¿A qué miembros de la familia se les permitirá controlar las consecuencias? Con un programa de economía simbólica, con bases pecuniarias, no puede haber confusión, ya que los padres son quienes controlan presumiblemente el dinero que se dará. Pero, cuando se trata de enfrentarse a otras conductas —atención, conductas para llamar la atención, por ejemplo— también otros miembros de la familia tienen el poder de proporcionar consecuencias. Estos miembros pueden ser notificados de la manera en que los padres están tratando de controlar la conducta, y asimismo se les puede encomiar, alentar y recompensar cuando actúan de forma útil.

En el proceso, pueden aprender algunas reglas importantes acerca de las conductas sociales. De este modo, otros miembros de la familia pueden ganar algo con el uso de una estrategia. Esta oportunidad de observar la estrategia de ambos lados puede servir para educar a una persona con respecto a la forma en que las reglas le afectan, y a la manera en que utiliza sus propias reglas para afectar a otras personas. Aunque los miembros más jóvenes de la familia pueden usar esta información para argumentar la carencia o eliminación de las consecuencias positivas, esta complicación está más que compensada por lo que aprenden acerca de su propia conducta y sus consecuencias.

Así, cuando el hermanito descubre que su hermano mayor primeramente debe terminar su tarea escolar antes de ver la televisión, puede reaccionar con la siguiente observación: "Ja, ja, no verás televisión hasta que termines." Con todo, nuestro interés debe seguir enfocándose en la conducta de las tareas domésticas. Hagamos que dicha conducta sea todo lo probable que nos sea posible; hay que enviar al niño pequeño a que vea televisión o a que haga cualquier cosa por sí mismo, de tal manera que el hermano mayor pueda terminar su tarea y obtener su recompensa. No permitamos que nuestros hijos más pequeños nos distraigan de la conducta que establecimos como importante, al exhibir su mal comportamiento. Si damos demasiada atención a esta mala conducta, entonces es hora de que empecemos a reforzar este aspecto. Posiblemente también él necesita algo de estrategia, pero ésta debe originarse en una sesión cuidadosamente planeada y no de una acción refleja del hecho de que interrumpe nuestra regla.

Individualidad

Casi todos los niños buscan algún lugar en la casa donde puedan estar a solas y donde los observadores o controladores de sus conductas sociales, no interfieran. El niño utiliza su habitación o un sitio aparte de la casa, o bien se sube a su cama, haciendo de ella un lugar casi sagrado en el que puede estar solo. Esta búsqueda de un lugar libre, casi nunca constituye una conducta anormal, empero, a veces los padres se quejan al respecto. La conducta del niño se considera como una expresión de algún tipo especial de cariño que él tiene por su hogar y por la seguridad que ahí encuentra. Si los padres creen que dicho lugar se utiliza con demasiada frecuencia, entonces deberían consultar la discusión acerca del retiramiento del capítulo 5. Pero, antes de emprender cualquier acción, habría que prestar atención especial a la pregunta de qué tan trivial es este problema.

Colectividad

A veces, la familia moderna está tan abrumada por sus actividades individuales, que parece una colección de personas artificial e inconexamente reunidas que carecen de un verdadero entendimiento entre sí. Si hay tales lesiones en la unidad familiar, las siguientes preguntas pueden sugerir alguna solución. ¿Qué tanto puede disponer la familia de nosotros? ¿Dicha disponibilidad está sujeta a nuestro ritmo de ocupaciones, o tratamos de verificar algunos ajustes para estar libres cuando nuestros hijos desean que estemos con ellos? Cuando nos reunimos con los niños, ¿quién decide la actividad y temas de conversación? ¿Somos nosotros o ellos? Si siempre somos nosotros, entonces esto puede explicar parcialmente por qué nuestros hijos no parecen estar a nuestra disposición con frecuencia. ¿Actuamos como si ellos deberían mostrarse agradecidos por el tiempo que pasamos con ellos?

Todos estos factores y muchos más podrían influir en la cantidad de tiempo que los miembros de la familia pueden disfrutar de la compañía entre sí. Asimismo, tengamos presente que no tiene nada de malo proyectar alguna actividad especial con un solo miembro de la familia. De hecho, un padre puede ganar mucho si pasa un rato determinado de la semana con un solo niño. Los *tête-à-tête* dan ocasión para una comunicación menos interrumpida, sin la competencia de otros miembros de la familia y sin que los padres necesiten ajustarse en su conversación para que sea aceptable para todos. Si necesitamos enterarnos de lo que sucede con cada niño, tendremos necesidad de ver a cada uno de ellos a solas.

El antiguo concepto de la reunión familiar no siempre es aceptable. El estar todos reunidos en las horas de recreo de la familia, en realidad puede originar que la comunicación y la comprensión sean mínimas.

Los padres pueden aprovechar los mandados a la tienda, las tareas individuales, la hora de costura, el viaje a la escuela en el automóvil, para dar atención individual a un niño. De hecho, la mayoría de los padres informan que las reacciones de sus hijos con ellos son completamente diferentes y totalmente informativas cuando no están en presencia de sus hermanos. Aprovechemos los momentos en que no hay competencia. Esas ocasiones se pueden utilizar para tener con ellos pequeñas conversaciones, dirigidas a enderezar al niño, pero podemos evitar esta costumbre. Tanto él como nosotros llegamos a gustar de estos momentos aislados, los cuales pueden servir para echar las bases de una futura amistad entre él y nosotros.

Al principio es probable que parezca difícil caracterizar la "amistad" en una discusión de conductas, pero existen algunas condiciones obvias e inmediatas que pueden ocurrírsenos. Con seguridad, el establecimiento de una amistad requiere de la disponibilidad de la persona involucrada. Mucha gente describe la amistad como "poder contar con alguien", lo que es, en grado sumo, el solo hecho de estar disponibles para un individuo. Así pues, cuando un padre se empieza a angustiar acerca de su relación con uno de sus hijos, debería considerar de cuánto tiempo dispone para que el niño cuente con él, no sólo para las consecuencias, sino para compañía. En este asunto, cuando un padre se empieza a preocupar acerca de la capacidad que tiene su hijo de establecer otras amistades, debería considerar el factor de disponibilidad y la forma en que influye en la capacidad de su hijo de que cuenten con él otras personas.

Al discutir la amistad, usualmente surge la palabra "comprensión", y este concepto es central para el método expuesto en este libro. La base para la estabilidad entre un padre y un hijo, radica en la comprensión de las reglas y consecuencias que se originarán de conductas específicas. Además, a la "comprensión" se le podría dar un significado más amplio, en el sentido de que se produce según la manera en que las reglas se establecen y aplican. Habrá que expresar la comprensión, incluso fuera de las situaciones que directamente involucran al niño, y también, asimismo, en una sesión de estrategia.

A más de la "disponibilidad" y de este tipo especial de "comprensión", la palabra que adopta cada vez más importancia es "libertad"; la libertad de ser apreciado y recompensado por lo que uno haga y la libertad de quienes se están convirtiendo rápidamente en adultos para recibir las responsabilidades de la edad adulta.

Desde este punto de vista, el papel de la familia consiste en proporcionar un aumento gradual en las responsabilidades adultas. Durante este desarrollo, la protección de la familia puede contar con la ventaja de un conjunto de reglas más sencillas, de un grupo de consecuencias más justas y de un ámbito más confiable para que el niño pueda madurar con un amor a la vida.

SUGERENCIAS DE LECTURAS COMPLEMENTARIAS

Atkinson, Butler M. *What Dr. Spock Didn't Tell Us: Or, A Survival Kit for Parents.* New York: Simon and Schuster, 1959.

Ayllon, Theodoro, and Nathan H. Azrin. *The Token Economy.* New York: Appleton-Century-Crofts, 1969.

Bugelski, Richard B. *The Psychology of Learning as Applied to Teaching.* Indianapolis: Bobbs-Merril, 1964.

Chapman, A. H. *A Guide for Perplexed Parents.* Philadelphia: Lippincott, 1966.

Crow, Lester, D., and Alice Crow. *Being a Good Parent.* Boston: Christopher Publishing House, 1966.

Edge, Patricia, *Child Care and Management from Pre-Natal Days to Adolescence.* New York: Transatlantic, 1966.

Gersh, Marvin. *How to Raise Children at Home in Your Spare Time.* New York: Stein and Day, 1966.

Ginott, Haim G. *Maestro-Alumno: Un ambiente emocional para el aprendizaje.*

Hauch, Paul A. *The Rational Management of Children.* New York: Libra Publishers, 1967.

Ilg, Frances L., and Louise B. Ames. *The Gesell Institute's Child Behavior.* New York: Dell, 1960.

LeShan, Eda, J. *Relación Padre-Maestro-Hijo,* México. Editorial Pax-México, 1970.

Mayer, Greta, and Mary Hoover. *Learning to Love and Let Go.* New York: Child's Study Association of America, 1965.

Patterson, Gerald R., and M. Elizabeth Guillion. *Living with Children.* Champaign, Ill.: Research Press, 1969.

Piers, Maria W. *Growing Up with Children.* Chicago: Qyadrangle Books, 1966.

Reese, Ellen P. *The Analysis of Human Operant Behavior.* Dubuque: W. C. Brown, 1966.

Skinner, B. E. *Science and Human Behavior.* New York: Macmillan, 1953.

——. *The Technology of Teaching.* New York: Appleton-Century-Crofts, 1968.

Smart, Mollie S., and Rusell C. Smart. *Living and Learinng with Children.* Boston: Houghton Mifflin, 1961.

Smith, Elinor G. *The Complete Book of Absolutely Perfect Baby and Child Care.* New York: Harcourt, Brace and World, 1957.

Smith, Judith M., and Donald E. P. Smith. *Child Management: A Program for Parents.* Ann Arbor: Ann Arbor Publishers, 1966.

Whaley, Donald L., and Malott Whaley. *Elementary Principles of Behavior,* Kalamazoo: Behaviordelia, 1970.

Woody, Robert H. *Behavioral Problem Children in the Schools.* New York: Appleton-Century-Crofts, 1969.

Índice

Aburrimiento, 189
Adolescencia, problemas de la, 171
Adolescentes
  alienación de los, 93
  discusiones con los, 66
  en las comidas, 109
  pandilla de, 126
  necesidad de hacer planes para los, 60
  castigo de los, 37
  sentimiento de rebeldía de los, 21, 32
  reglas para los, 25
Advertencia
  como consecuencia, 95
  del padre, 201
Agresividad
  control de la, 107
  definición de la, 62
  entre hermanos, 127
Alboroto,
  ejemplo de, 38
  y falta de actividad, 124
Amenazas, 77
Amigos,
  consecuencias entre los, 124
  y las pandillas, 126
  del adolescente, 172
Aparato de alarma para los niños que mojan la cama, 153
Aprendizaje,
  proceso de, 23
  por medio de la práctica, 23-26
Argumentos,
  definiciones conductísticas para los, 65-66
Atención,
  a la mala conducta, 70
  a la conducta de la hora de dormir, 160
  a las compulsiones, 148
  necesidad de, 47-49
  como recompensa, 37-38
  como recompensa al adolescente, 178-179
  de los extraños, 163
Atención, conductas para llamar la, 139
  comidas y vestidos del adolescente, 187
Automóvil,
  uso del, 181
  uso del, como consecuencia, 183

Berrinches,
  ira en los, 22
  extinción de los, 100
  en público, 167
  razones de los, 144-146
  recompensas a los, 46-47
  durante las compras, 167
Buena conducta,
  oportunidad para una, 69-70
  padres como ejemplo de, 38
  planeamiento de recompensas para la, 47

Cabello, retorcerse el, 147
Caminar, 22
Cartulinas,
  para observación, 45, 141
  para las tareas de los adolescentes, 180
  para la televisión, 112
  para el entrenamiento sanitario, 151-152
  en la economía simbólica, 195
Castigo,
  en competencia de padre e hijo, 99
  peligros del, 88, 94
  discriminación del, 89-90
  frecuencia del, 38, 87
  uso ineficaz del, 38, 90
  información proporcionada por el, 38
  físico, 163-164
  de la tardanza, 166
  en público, 167
  como recompensa, 102-103
  por hablar, 175
  durante el entrenamiento sanitario, 152
  en la economía simbólica, 196
  advertencias acerca del, 95
  por qué se usa, 94
  del niño pequeño, 89-90
Castigo definitivo, 94
Castigo, regla y advertencia del, 95-96
Celos, 126-127
Citas, 190
Clases, salón de,
  control del, 113
  conducta en el, 95-99
Comer, 78, 85, 187-188
Comidas,
  atmósfera de las, 80-81, 162
  conversación durante las, 163
  condiciones apropiadas para las, 109
  estrategias acerca de las, 162-164
Compañeros de juego del hijo único, 128
Compañía, conducta en, 87
Compartir, 57, 71
Comportamiento en el salón de clases, 64
Compras, berrinches en las, 167
Comprensión de las reglas, 207
Compulsiones,
  estrategias para las, 148
  extinción de las, 142-144
  tipos de compulsiones, 75-76, 147-148, 150
Consecuencias definitivas, 77
Consecuencias,
  de las malas conductas, 44-45
  de la tarea doméstica, 132
  para los padres, 75
  provisión de, por los padres, 28
  selección de, 69
  severidad de las, 77
  sociales, 72, 112
Consistencia,
  en extinción, 99
  razones para la, 58
Conversaciones pequeñas, uso de las, 175
Cooperación,
  recompensas de la, 204
  en la economía simbólica, 198
Chupón, eliminación del, 142
Chuparse el dedo, 49

Dependencia del adolescente, 179-180
Desarrollo del hijo único, 127-128
Desvanecimiento, 115-116
  de la conducta del fumador, 144
  de la tartamudez, 57
  durante el entrenamiento sanitario, 152
  del hábito de fumar, 144
  de la tartamudez, 150

  durante el entrenamiento sanitario, 150
Dinero,
  como recompensa, 164
  y el adolescente, 180-181
Disimulo,
  la ira como, 22
  por falta de planes, 41
  como parte de la tardanza, 166
  del adolescente, 98-99, 184-185

Economía simbólica,
  y la semanada, 194
  en el salón de clases, 64-65
  descripción de la, 193-194
  para las tareas domésticas, 132
Enfermedad, conducta y reglas acerca de la, 141-142
Egoísmo, razón del, 56
Emocionalidad,
  por atención, 139
  por falta de recompensa, 127
  en público, 167
Estrategias,
  de acción y no verbales, 175
  alternativas a las, 106
  descripción de las, 59-60
  para las tareas domésticas, 137
  honestidad de las, 60-61
  tipos de, 34
Escolares, problemas,
  explicando la necesidad, 54
  y estrategias, 63-64, 132-138
  con pruebas, 23
  y uso del aprendizaje escolar, 136-137
Exigencias de los padres, 39, 63
Expectación de los padres, 110
Extinción,
  definición de la, 99
  del berrinche, 47, 100
Estudio, justificación para el, 55

Falta de respeto,
  quejas acerca de la, 184
  definición de la, 21
  ejemplo de, 38
Familia,
  actividad de la, 205-207
  cooperación, 193
  colectividad, 205-207
Familia,
  automóvil de la, como consecuencia, 183
  uso del automóvil de la, 181
Fobia, 101
Fondos, ahorros mancomunados, para el adolescente que trabaja, 180
Forzamiento, de conductas para vencer temores, 147
  de una conducta correcta, 85
Fumar,
  desvanecimiento del, 144
  estrategia para reducir el, 75

Graduada, semanada, 180
Gritos, 19

Hermanitos,
  atención a los, 127
  exigencias de los, 203
  igualdad entre los, 203
  celos de los, 79
  y el uso de la regla, 81
Horas de comer,
  accidentes durante las, 108
  atmósfera de las, 162-164
  consecuencias durante las, 78
  control de las, 69
  interrupción de las, 162
  maneras durante las, 162
  reglas durante las, 78, 80, 85
Hora de dormir,
  temores acerca de la, 147
  luz encendida a la, 147
  como castigo, 161
  señal para, 160
  estrategias acerca de la, 160
Hostilidad hacia la escuela, 136
Humor de los padres, 110

Independencia,
  edad para la, 31
  a causa del trabajo, 186-187
  para gastar dinero, 174
Insomnio, consecuencias, 162
Introversión,
  definición de la, 19-20
  como resultado del castigo, 91

Lanzar cosas, 141
Lenguaje, estrategia para el, 188
Limpieza,
  definición de la, 62
  en la economía simbólica, 193
Llanto,
  como parte de la malcrianza, 140
  como parte del berrinche, 141

Maestros,
  actitud de los, hacia la falta de conducta, 176
  cooperación de los, 65, 134
  y reglas en el comedor, 84
  y el director, 96-98
  y el uso de las recompensas, 113
  y vista del éxito del estudiante, 132-133
Manejo de automóvil,
  accidentes, 182
  hábitos, 183
  enseñanza del, 181-182
Maneras, a la mesa, 80-81, 162
Masturbación a la hora de dormir, 147, 162
Mecerse, 151
Medicinas, respeto por las, 106
Moldeamiento,
  empiezo del, 114-115
  definiciones conductísticas, 62
  para cambiar el retiramiento, 92
  cooperación durante el, 198
  y niveles de actuación, 116

Nariz, picarse la, 147
Negocios, 39, 128

Padres,
  disponibilidad de los, 207
  como ejemplo, 20, 39
  y las peleas entre hermanos, 81-82
Padres varones,
  y la cooperación, 198
  disciplina, 201
  papel de los, 200-201
Parientes, cooperación de los, 202-203
Paterna, depresión, 173
Personal, apariencia, 193
Posesividad, 41
Práctica,
  permitir la práctica, 24
  definición de la, 23
  de tareas domésticas, 55-56
  sin consecuencias, 99-100, 105
  errores en la, 25, 29
  del piano, 26
  realismo de la, en la escuela, 132
Privacía, 205
Problemas, 46
Promociones, 196
Posición de los conductistas, 20
Pruebas,
  como evaluación en el aula, 133
  preparación para la, 23
  teorías, 19
  amenazas y consecuencias definitivas, 77
Pública, conducta,
  razones de los problemas en la, 166-167
  de los adolescentes, 177

Quejas,
  del niño, 119
  de los padres, 61-62
  y prueba de las reglas, 121
  en los berrinches, 141
  de las cosas que hay que hacer, 171
  de la economía simbólica, 197

Rebelión,
  y justificaciones, 33-35
  del adolescente, 179, 188-190
  contra los valores, 32
Recompensa,
  disponibilidad de la, 111
  por cooperación, 204
  uso incipiente de la, 26-27
  de dinero, 73-74
  necesidad de, 26
  dada por los amigos, 126
  física, 129
  búsqueda de la, 109
  uso único o repetido de la, 35, 77
  social, 72-73
  de la conducta social, 125
  para los adolescentes, 177-179
  ocasión para la, 169
  para los niños pequeños, 73, 113
Reglas,
  y argumentos, 66
  acerca del uso del automóvil, 183
  cambio de las, 114-115
  cumplimiento de las, 131
  explicación de las, 42, 55-59
  extremadas, 83
  y los padres varones, 198-199
  límites de las, 50
  número de, 79-80, 118
  planeamiento de las, 44-45
  en público, 166-167
  razones de las, 32-34, 42
  acerca del sexo, 168
  especificidad de las, 82
  establecimiento de las, 80
  rigurosidad de las, 128
  de grupos de amigos adolescentes, 172
  prueba de las, 130
Retiramiento,
  como resultado del castigo, 91, 92
  estrategias acerca del, 151
Ruido, 62
Ropa, compra de, 181

Semanada,
  como consecuencia, 73-74
  uso extendido de la, 174
  graduada, 180
  falta de control en la, 164
Sexual, educación, fuentes de la, 168
Soborno, 27
Sociales, recompensas, 72-73, 126
Sociabilidad, razones para la, 124
Sueño, problemas de, causas de los, 160-162
Supresión por castigo, 97

Tartamudez,
  control de la, 149-150
  en la timidez, 22
  en las situaciones tensas, 148
Teorías, 19
Timidez, 22-23
Trabajo, 184-187
  fuera de casa, 186-187

Vestido, estrategias acerca del, 159

Este libro se terminó de imprimir el día 18 de octubre de 1980, en los talleres de Impresora Galve, S. A., callejón de San Antonio Abad 39, de la ciudad de México. Su tiraje fue de 3,000 ejemplares.

OTROS LIBROS DE PEDAGOGÍA DE LA EDITORIAL PAX-MÉXICO

EL MAESTRO SUBVERSIVO
Bonner, Bibens y Shepherd
Prólogo de Hans Ritter
LOS ADOLESCENTES Y LA REVOLUCIÓN SEXUAL
Eda LeShan
Prólogo de Luis Galich
PROBLEMAS EMOCIONALES DEL ESTUDIANTE
Blaine y McArthur
TÉCNICAS DE GRUPO EN LA ENSEÑANZA
Schmuck y Schmuck
Prólogo de Josep Rota Colet
DISEÑO DE CENTROS EDUCATIVOS
Basil Castaldi
PROGRAMACIÓN DE OBJETIVOS EN LA EDUCACIÓN SEXUAL
Williams y Schulz
Prólogo de Odette Alarcón
LA ENSEÑANZA UNIVERSITARIA. Reforma de sus métodos
Compilado por William Morris
NUEVAS METAS EN LA REFORMA EDUCATIVA
Norman Gronlund
FONDOS PÚBLICOS PARA FINANCIAR LA EDUCACIÓN. Obtención y administración
Manuel Zymelman
AYUDANDO AL ADOLESCENTE A APRENDER
Frank Gorow
MAESTRO-ALUMNO. El ambiente emocional para el aprendizaje
Haim Ginott
Prólogo de Phylis Arriaga
GIMNASIA DINÁMICA
Muska Mosston
CENTROS AUDIOVISUALES. Su organización y uso en el medio escolar
Harold Davis, compilador
Prólogo por Elías Lasky
PREGUNTAS DEL ADOLESCENTE. Desarrollo psicosocial
Rubin y Kirkendall
Prólogo de David Fragoso Lizalde
PSICOLOGÍA EDUCATIVA PROGRAMADA
John Barlow
EL MAESTRO IDEAL
Pullias y Young
RELACIÓN PADRE, HIJO, MAESTRO
Eda LeShan
EDUCACIÓN Y SOCIEDAD
Philip Phenix
TÉCNICAS AUDIOVISUALES
Kieffer y Cochran
EL INGLÉS, NUEVA DIDÁCTICA
Earl Stevick
DINÁMICA DEL TRABAJO SOCIAL
Friedlander
ESCUELAS SIN FRACASOS
William Glasser
ENSEÑANZA EFECTIVA
Henry Garrett
AUTORIDAD Y LIBERTAD EN LA EDUCACIÓN
Paul Nash
LA ENSEÑANZA A MULTINIVEL
Don Parker
ORIENTACIÓN UNIVERSITARIA
Garrison
LA PEDAGOGÍA EN LA SEGUNDA ENSEÑANZA
Nelson Bossing
LA EDUCACIÓN DE LA MENTE
Lucio Lombardo
CÓMO APRENDIERON A LEER Y ESCRIBIR LOS MEXICANOS
Antonio Barbosa Heldt
CÓMO ATENDER Y ENTENDER LOS PROBLEMAS DE LOS ADOLESCENTES
Conocimiento y educación
Luis Ortiz de los Ríos
NUESTROS NIÑOS Y EL SEXO
Anameli Monroy de Velasco
POBLACIÓN Y EDUCACIÓN
Unesco
EDUCACIÓN FÍSICO ESCOLAR
NUEVOS OBJETIVOS EN EL PROGRAMA ESCOLAR
Louise Berman
DESARROLLO INTEGRAL DEL ESCOLAR
Louis Rubin, compilador
PADRES LIBERALES - HIJOS LIBERADOS
Barry y Patricia Bricklin
JUEGOS DIDÁCTICOS ACTIVOS
Bryant Cratty
MEJOR DIRECCIÓN - MAYOR EFICIENCIA En la escuela y en el trabajo
Mager y Pipe
Prólogo de Phylis Arriaga
ENSEÑANZA PROGRAMADA EN LA EDUCACIÓN ACTIVA
Norman Balabanian
TELEVISIÓN EN LA ESCUELA. Circuito abierto y cerrado
Richard Burke, compilador

PARTICIPACIÓN DE LA ESCUELA EN LA EDUCACIÓN SEXUAL
Virginia Hilu, compiladora
Con una aportación de Alfredo Díaz Bruzual
EL MAESTRO Y LOS MEDIOS AUDIOVISUALES
Haney y Ullmer
Prólogo de Hans Ritter
MÉTODOS DIDÁCTICOS AUDIOVISUALES
Richard Kent Jones
Prólogo de Paulo Díaz de Souza
SISTEMAS EDUCATIVOS EN LOS ESTADOS UNIDOS
William Brickman
PSICOLOGÍA APLICADA A LA ENSEÑANZA
Morse y Wingo
LA ENSEÑANZA DE LA ECONOMÍA DEL HOGAR
Hall y Paolucci
JUEGOS PARA ESCOLARES
Stella Gilb
COMPRENSIÓN DEL DESARROLLO HUMANO
Lane y Beauchamp
ENSEÑANZA DE LOS OFICIOS DE LA ESCUELA VOCACIONAL
Mager y Beach
CÓMO ENSEÑAR OFICIOS INDUSTRIALES
ENSEÑANZA PROGRAMADA. Cómo preparar un programa
Robert Silverman
CÓMO EMPLEAR LA ENSEÑANZA PROGRAMADA EN EL AULA
Robert Silverman
ACTITUDES POSITIVAS EN LA ENSEÑANZA
Robert Mager
CAUSAS PSICOLÓGICAS DEL BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR
Barry y Patricia Bricklin
ORIENTACIÓN ESCOLAR Y VOCACIONAL
George Hill
MEDICIÓN Y EVALUACIÓN EN LA ENSEÑANZA
Norman Gronlund
COLECCIÓN: MATERIALES AUDIOVISUALES. Guías para el maestro
- Técnicas de la televisión educativa
- Cómo mejorar el periódico mural y los tableros para avisos
- Diseño de material visual: didáctica, teoría, composición, ejecución
- Guía para la preparación de exposiciones
- Tableros didácticos en la escuela
- Cómo rotular material visual
- Técnicas para elaborar material gráfico en la escuela
- Elaboración y uso de modelos para la enseñanza
- El retroproyector: Técnicas de proyección y preparación de transparencias
- Uso de la grabadora en el aula
- Uso de ilustraciones de periódicos y revistas
- Producción de transparencias para uso escolar